

# Digital mobbing blant ungdom

*En kvalitativ intervjustudie om ungdommers opplevelse av digital mobbing*

*Iselin Jensen Messa*



*Masteroppgave i sosialfagligarbeid med barn og unge*

*Avdeling for pedagogikk og sosialfag*

*Høgskolen i Lillehammer*

*Våren 2015*

# *Digital mobbing blant ungdom*

En kvalitativ intervjuundersøkelse der ungdom forteller hvordan det oppleves å bli mobbet gjennom digitale medier.

*Masteroppgave i sosialfaglig arbeid med barn og unge*

*Ved Høgskolen i Lillehammer*

*HIL, Våren 2015*

## FORORD

Denne masteroppgaven er skrevet som en del av masterstudiet i sosialfaglig arbeid med barn og unge ved Høgskolen i Lillehammer. Oppgaven tar for seg temaet digital mobbing blant ungdom, og hvilke opplevelser de sitter igjen med etter en periode som har vært preget av mobbing. Det har vært en lærerik, spennende og interessant prosess hvor jeg har lært mye faglig som jeg vil ta med meg videre i arbeid med barn og unge. Arbeidsprosessen har også vært preget av utfordringer og komplikasjoner, og det skal ikke legges skjul på at jeg synes det å skrive en masteroppgave til tider har vært arbeidskrevende og slitsomt.

Jeg vil først og fremst takke veilederen min Ingrid Grimsmo Jørgensen for god veiledning i form av konstruktive, utfyllende og raske tilbakemeldinger. Nyttige innspill fra deg har vært en stor forutsetning for at jeg har kommet i mål med denne oppgaven.

En stor takk skal også rettes til de fire ungdommene som deltok i min undersøkelse. Deres intervjuer var preget av sterke historier som gjør meg vondt å lese, men jeg er veldig glad for at dere tok valget om å dele deres historier med meg. Uten dere ville ikke denne masteroppgaven blitt til.

Takk til nærmeste familie og venner for støtte underveis i arbeidet.

Og ikke minst en stor takk til min kjære samboer for din tålmodighet og motivasjon.

Rakkestad, mai 2015

Iselin Jensen Messa

## Sammendrag

Temaet for denne masteroppgaven er digital mobbing blant ungdom, og i samarbeid med veileder ble følgende problemstilling formulert: Hvordan opplever ungdom å bli utsatt for digital mobbing, og hvordan påvirker digital mobbing ungdommers selvfølelse? Videre ble det formulert tre forskerspørsmål som til sammen kan danne grunnlag for problemstillingens besvarelse; Hva innebærer digital mobbing? Hvordan påvirker den digitale mobbingen ungdommers tanker om seg selv? Hvordan mestrer ungdom å bli digitalt mobbet? En litteraturstudie ble gjennomført for å innhente relevant teori. Oppgavens teoretiske forankring bygger på teori og definisjoner av sentrale forskere innenfor digital mobbing.

For å besvare problemstillingen og forskerspørsmålene, ble en kvalitativ tilnærming i form av et datastøttet intervju gjennomført. Ved å bruke en kvalitativ metode ville man få størst mulig innsikt i hva hver enkelt ungdom hadde å fortelle av erfaringer fra en tid med digital mobbing. En intervjuguide ble laget i forkant av intervjuene, og til sammen ble fire ungdommer intervjuet. Den innhentede informasjonen fra intervjuene ble presentert i form av en innholdsanalyse, hvor det ble lagd sentrale kategorier knyttet opp i mot problemstillingen og forskerspørsmålene. Disse kategoriene ble fylt med sitater fra respondentene som resulterte i en oversiktlig presentasjon av intervjuene, som senere lot seg drøfte.

Funnene fra undersøkelsen viste at digital mobbing fører med seg flere alvorlige konsekvenser, som har virkning lang tid etter at mobbingen har avtatt. Digital mobbing er en form for mobbing som er vanskelig å få kontroll over, på grunn av digitale mediers funksjon. Det kom også fram fra undersøkelsen at selvfølelsen er i en stor risiko for å bli påvirket i negativ grad, ved langvarig mobbing gjennom digitale og sosiale medier. Hvordan man håndterer digital mobbing er individuelt, men gjennom denne undersøkelse kommer det fram at ved en proaktiv håndtering av situasjonen, øker mulighetene for å finne positive løsninger på utfordrende situasjoner på Internett.

*... Mange sier at nettmobbing ikke gjør noe vondt, fordi det ikke skjer noe fysisk. Disse personene har aldri opplevd mobbing selv, kanskje fordi de ikke vokste opp med datamaskinen eller Facebook. Nettmobbing er så mye verre. Du har kanskje hørt uttrykket “pennen er sterkere enn sverdet”. Hvis vi skal se det mer moderne, så sier vi: Tastaturet er sterkere enn neven ...*

*Stego (14)  
(Sitert i Aftenpostens Si :D, 2012)*

# Innholdsfortegnelse

<b>1</b>	<b>INNLEDNING.....</b>	<b>8</b>
1.1	Problemstilling og forforståelse .....	8
1.2	Masteroppgavens oppbygging og avgrensning .....	9
1.3	Bakgrunn for oppgaven .....	10
1.4	Temaets aktualitet.....	10
<b>2</b>	<b>TEORETISKE BETRAKTNINGER .....</b>	<b>12</b>
2.1	Digitale medier .....	12
2.2	Digital mobbing.....	13
2.2.1	Ulike former for digital mobbing .....	14
2.3	Tradisjonell mobbing vs. digital mobbing.....	15
2.4	Selvfølelsen .....	16
2.5	Digital kompetanse.....	17
2.5.1	Håndteringskompetanse .....	18
2.6	Kort teoretisk oppsummering .....	19
<b>3</b>	<b>TIDLIGERE FORSKNING .....</b>	<b>20</b>
3.1	Årsaker til mobbing.....	20
3.2	Forekomst av digital mobbing .....	21
3.3	Sosiale medier .....	24
3.4	Konsekvenser av digital mobbing .....	24
3.5	Kort oppsummering av forskning.....	25
<b>4</b>	<b>FORSKNINGSPROSESSEN .....</b>	<b>26</b>
4.1	Metodisk og vitenskapsteoretisk tilnærming.....	26
4.1.1	Intervju som metode .....	27
4.2	Undersøkelsens design .....	28
4.3	Utvalg og fremgangsmåte.....	29
4.4	Forberedelser til intervjuet .....	30
4.5	Gjennomførelse av intervjuet .....	32
4.6	Bearbeidelse av datamaterialet .....	34
4.7	Bakgrunnsinformasjon om informantene .....	36
4.8	Validitet og reliabilitet.....	37
4.9	Etiske refleksjoner .....	40
4.10	Litteratursøk .....	42

<b>5 PRESENTASJON AV RESULTATENE.....</b>	<b>43</b>
5.1 Digital mobbing generelt.....	43
5.1.1 Begrepets mening .....	44
5.1.2 Redusering av digital mobbing.....	44
5.2 Mobbingens omfang.....	46
5.2.1 Form og varighet .....	46
5.2.2 Forholdet til mobberne .....	49
5.2.3 Skolehverdagen .....	49
5.3 Selvfølelsen .....	51
5.3.1 Personlig endringer og følelser.....	51
5.3.2 Usikkerhet .....	53
5.3.3 Ensomhet .....	54
5.3.4 Psykiske problemer .....	55
5.5 Håndteringskompetanse .....	56
5.6 Kort oppsummering av resultatene.....	57
<b>6 DRØFTING AV RESULTATER .....</b>	<b>58</b>
6.1 Respondentens opplevelser av digital mobbing .....	58
6.1.1 Mobbingens form .....	58
6.1.2 Hverdag med mobbing .....	60
6.1.3 En digital hverdag krever digital kompetanse .....	61
6.2 Selvfølelsens endring .....	63
6.2.1 Respondentenes indre følelser.....	63
6.2.2 Respondentenes tanker om seg selv og grad av egenverdi.....	64
6.3 Kort oppsummering.....	65
<b>7 KONKLUSJON OG AVSLUTNING .....</b>	<b>66</b>
<b>LITTERATURLISTE.....</b>	<b>71</b>
<b>VEDLEGG.....</b>	<b>75</b>
Vedlegg nr.1 Godkjenning fra NSD.....	75
Vedlegg nr.2: Informasjonsskriv .....	77
Vedlegg nr.3: Intervjuguide .....	79

# 1 INNLEDNING

Formålet med denne masteroppgaven er å belyse temaet digital mobbing blant ungdom, hvor fokuset vil være rettet mot ungdommenes egne opplevelser og tanker. Gjennom denne oppgaven har formålet vært å få kunnskap om hvordan en hverdag med digital mobbing kan oppleves, og om denne belastningen som digital mobbing er, gjør noe med de tankene man har om seg selv. Jeg har også stilt spørsmålet om hvordan ungdommer mestrer å bli utsatt for digital mobbing, og hvilke håndteringsstrategier som kan tas i bruk. For å belyse disse spørsmålene har jeg gjennomført en kvalitativ intervjuundersøkelse gjennom bruk av e-post. Det er fire ungdommer på 18 år som representerer undersøkelsen, og alle har opplevd å bli digitalt mobbet. De har kommet seg ut av mobbingen ved hjelp av egne tiltak, og kan nå se tilbake på tiden gjennom et retrospektivt perspektiv, hvor de har fått mobbingen litt på avstand.

## 1.1 Problemstilling og forforståelse

“Hvordan kan følelsen av å bli digitalt mobbet beskrives?” “Hvordan håndterer man situasjoner hvor man får negative kommentarer på alt man gjør?” “Hvilke tanker får man om seg selv, og om andre når man blir utsatt for digital mobbing?” Etter lang tid med drøfting og endringer, ga disse spørsmålene opphavet til min problemstilling. Problemstillingen omfatter en hovedproblemstilling med tre underspørsmål:

***Hvordan opplever ungdom å bli utsatt for digital mobbing, og hvordan påvirker digital mobbing ungdommers selvfølelse?***

- *Hva innebærer digital mobbing?*
- *Hvordan påvirker den digitale mobbingen ungdommers tanker om seg selv?*
- *Hvordan mestrer ungdom å bli digitalt mobbet?*

Min forforståelse på dette området var preget av mye negativt. Jeg tenkte kanskje som “folk flest” gjør, nemlig at digital mobbing er et negativt fenomen. Før jeg satte meg inn i digital mobbing, var tankene mine veldig generelle, hvor jeg tenkte at det må være fryktelig vondt å bli mobbet gjennom digitale verktøy som for eksempel mobil, hvor man kan motta meldinger døgnet rundt, eller på sosiale medier hvor det blir synlig for så veldig mange. Jeg tenkte også at den digitale mobbingen til en viss grad må ha en innvirkning på selvfølelsen i negativ forstand. Mens jeg utarbeidet denne masteroppgaven, hadde jeg hele tiden i tankene at min forforståelse ikke skulle prege hverken intervjuene eller drøftingen.



## **1.2 Masteroppgavens oppbygging og avgrensning**

Det er totalt syv hovedkapitler med underkapitler og avsnitt i denne masteroppgaven.

Innledningen er det første kapittelet og omhandler oppgavens tema, formål, problemstilling, bakgrunn for valg av tema, forforståelse, samt en kort redegjørelse for aktualiteten av temaet digital mobbing i dagens samfunn. Kapittel to inneholder den teoretiske forankringen av masteroppgaven. Sentrale begreper som mobbing, digital mobbing, håndteringskompetanse og selvfølelse blir presentert og redegjort for. Det tredje kapittelet omhandler tidligere forskning på området. Jeg har gjennomført en litteraturstudie for å få en oversikt over hva forskningen om digital mobbing allerede viser. I kapittel fire redegjør jeg for undersøkelsens metodiske tilnærming. En kvalitativ metode i form av datastøttet intervju er blitt anvendt, hvor respondenter er intervjuet med hjelp av en intervjuguide gjennom e-post. Kapittelet omfatter også en presentasjon av utvalg, fremgangsmåte, og en drøfting av validitet/kvalitet, samt en refleksjon rundt etiske utfordringer. Kapittel fem omhandler en presentasjon av de resultatene jeg satt igjen med etter endt gjennomførelse av intervjuene. Resultatene blir presentert i form av en innholdsanalyse hvor direkte sitater fra intervjuene er trukket ut og plassert i ulike kategorier, som igjen er knyttet opp i mot oppgavens problemstilling. Drøfting av resultatene finner sted i kapittel seks, mens oppsummerende og avsluttende kommentarer kommer frem i kapittel syv.

Underveis i prosessen har det vært nødvendig å foreta noen avgrensninger for å gjøre det mulig å innhente og analysere nok data til å trekke konklusjoner ut i fra de utarbeidede forskerspørsmålene. Blant annet gjorde tidsperioden for gjennomføringen av masteroppgaven seg gjeldene. Antall respondenter ble begrenset for at mengden av informasjon og intervjugjennomføring skulle bli overkommelig. Teorien som ble innhentet begrenset seg i forhold til hva problemstillingen konkret spurte etter. I kapittel to gir jeg en kort fremstilling av tradisjonell mobbing som begrep for å få en grunnforståelse av mobbebegrepet. Samtlige av respondentene forteller at de har blitt utsatt for flere former for mobbing enn bare digital mobbing. På grunn av tid har jeg hovedsakelig valgt å fokusere på den digitale mobbingen og utelatt å gå nærmere inn på de andre formene for mobbing.

### **1.3 Bakgrunn for oppgaven**

Bakgrunnen for at digital mobbing ble tema for min masteroppgave, har mye med media å gjøre. Det vekket stor interesse og engasjement hos meg, når jeg leste artikler om mobbing på Internett og i aviser, og spesielt når offeret selv fortalte sine historier om mobbing. Jeg syntes mobbing var et spennende tema, og etter hvert som jeg leste teori og forskning på dette området, ble også interessen for å skrive om mobbing større. Jeg satte meg inn i de ulike formene for mobbing, og fant ut at jeg hadde lyst til å skrive om den “nye” formen som ungdommer mobber hverandre på, nemlig digital mobbing. Jeg hadde ingen erfaring med dette selv på noen områder, men den digitale verden har vært i utvikling samtidig som jeg har vokst opp, og jeg har derfor klart å henge med på hva Internett har å tilby av tjenester og hvilke utfordringer som også følger med.

Etter å ha lest litt om mobbing og digital mobbing i medier, kjøpte jeg min første bok om dette temaet, “Fordi jeg fortjener det?” av Kristin Oudmayer. Boken er et samleverk av mange ulike fortellinger om mobbing, som ofrene har fortalt selv, og som forfatteren har samlet inn gjennom sosiale medier. Ved å lese denne boken, fikk jeg et innblikk i mange sterke historier som berørte meg som person, og iveren etter å skrive en masteroppgave om digital mobbing ble stor og jeg bestemte meg for dette temaet når boken til Oudmayer var ferdiglest. Boken ga meg også inspirasjon selv å samle inn historier gjennom digitale medier når mine intervjuer skulle gjennomføres. Jeg fikk et inntrykk av at de som sitter med sterke historier om mobbing, klarer bedre å gi uttrykk for sine følelser og tanker hvis de får lov til å sitte alene og tenke over svarene og historiene de ville dele, enn hvis de sitter sammen med en ukjent person, ansikt- til – ansikt og skal fortelle. Historiene i boken “Fordi jeg fortjener det?” og andre historier jeg har lest om i sosiale medier, har vært med på å gi meg inspirasjon til å skrive om digital mobbing i denne masteroppgaven, og interessen og læringsutbyttet har vært økende i stor grad gjennom dette året.

### **1.4 Temaets aktualitet**

Fokuset omkring mobbing står sentralt i dagens debatt, og i media hører man om personer som selv står frem med sine historier om mobbing. Digital mobbing er en form for mobbing som har gjort seg tydeligere blant barn og unge i takt med den digitale fremveksten. Dagens barn og ungdom bruker digitale verktøy kontinuerlig gjennom hverdagen, og er pålogget sosiale medier til alle døgnetts tider. Rekken av positive faktorer er lang, men også utfordringene er representative i den digitale hverdagen. Forskning viser at forekomsten av digital mobbing de siste årene hverken har vært økende i stor grad, eller at tallet på offere er

svært høye. Til tross for dette, er konsekvensene alvorlige for dem som blir utsatt for det, og digital mobbing må allikevel bli tatt på alvor. I FNs barnekonvensjon (1989) står det beskrevet at alle barn har rett til utvikling, medvirkning, ikke-diskriminering, beskyttelse, selvrealisering og omsorg. Dette har senere blitt lovfestet i menneskerettighetsloven (1999). Med dette til grunn, kan det hevdes at barn som blir utsatt for mobbing og opplever en hverdag med trakassering, ikke oppfyller de kravene som barnekonvensjonen og menneskerettighetsloven utdyper. Skolen er pliktet til å ta dette på alvor, da opplæringsloven (1998) sier at alle elever har rett på et godt psykososialt miljø hvor man kan oppleve trygghet og sosial tilhørighet. Etter et omfattende litteratursøk på Internett i forhold til skolens arbeid mot mobbing, får jeg et inntrykk av at dette har en stor plass i skolens hverdag. Mange ulike programmer som skal forebygge mobbing blir tatt i bruk, og som arbeidende på skole har jeg selv erfart at et av disse programmene ga positive resultater for elevene, og løftet fokuset mot en mobbefri skolehverdag høyt. Manifest mot mobbing er et eksempel på at regjeringen setter mobbing på dagsordenen. Manifestet ble for første gang iverksatt i 2002 og er et forpliktende samarbeid mellom regjeringen og parter som arbeider med opplæring av barn og unge. Fokuset skal ligge på et godt lærings- og oppvekstmiljø som resulterer i en tiltaksplan som skal forhindre mobbing. Digital mobbing ble en del av manifestet når Jens Stoltenberg signerte i 2014 på vegne av regjeringen, med tema “Voksne skaper vennskap- på nett”. Fokuset ligger på, at ved ny teknologi kan mobbing skje utenfor voksnes synsfelt og ved å arbeide mot en god oppvekst – og læringsmiljø kan voksne være med på å skape gode og inkluderende relasjoner (Manifest mot mobbing, 2011).

Dagens barn vokser inn i en digital verden og en viss grad av digital kompetanse er en forutsetning for å mestre de utfordringene som fører med digitale verktøy og sosiale medier. De fleste barn og unge i dag er vant med å ha minimum et digitalt verktøy i hjemmet, enten det er en mobil, PC eller Ipad. Dette kan forankres i undersøkelsen fra Medietilsynet (2012) som kan fortelle oss at 70 % av barn i Norge har tilgang på PC på sitt eget rom, og samtlige av 15-16 åringene som deltok i undersøkelsen hadde egen mobiltelefon. Å omgå digitale verktøy og være påkoblet sosiale medier kontinuerlig, er hverdagslig for dagens ungdom, og dermed øker også den digitale kunnskapen. Til tross for dette, dukker det opp hendelser som man ikke alltid klarer å håndtere alene. Å bli utsatt for digital mobbing er en stor påkjenning, og forskning viser at konsekvensene er mange og alvorlige. Det er derfor positivt at digital mobbing blir tatt på alvor, og får stort fokus i media og gjennom ulike forebyggende mobbeprogrammer i skolen.

## **2 TEORETISKE BETRAKTNINGER**

I dette kapittelet skal jeg redegjøre for relevant teori med bakgrunn i problemstillingen for denne masteroppgaven. Jeg har trukket frem teori i forhold til digitale mediers plass i menneskers dagligliv, ungdommenes forhold til digitale og sosiale medier, digital mobbing, selvfølelse, digital - og håndteringskompetanse.

### **2.1 Digitale medier**

Mye har skjedd på ulike arenaer etter at den digitale verden har vokst seg frem og bruken av ulike medier har fått en naturlig plass i unge menneskers dagligliv. Spekteret med digitale medier har utviklet seg og Internett har blitt det sentrale hverdagslige mediet som vi mennesker bruker daglig og til en viss grad har blitt avhengig av. Gjennom Internett samles alle de tradisjonelle mediene sammen, slik at man fortsatt har tilgang til aviser, TV og radio på for eksempel en mobiltelefon eller en PC. Disse digitale mediene har blitt en nødvendig del av hverdagen for ungdom, og en forskningsrapport fra Medietilsynet som ble gjennomført i 2012, viser at 70 % av barn i Norge har tilgang til PC på eget rom, mens alle barn i alderen 15-16 år som deltok i undersøkelsen har egen mobiltelefon.

Når Internett kom var tanken at det skulle være en medieform som skulle ha fokus på innhold, nye innovative innholdstjenester som skulle gjøre det enklere og morsommere å være menneske. I dag er ikke Internett bare en form for informasjon, men også for relasjon (Staksrud, 2013). Internett har åpnet opp for en enorm sosialiseringskultur som dagens ungdom bruker kontinuerlig gjennom hverdagen sin. Staksrud (2013) definerer sosiale medier som ulike former for elektronisk kommunikasjon der brukeren kan skape nettbaserte miljøer for å dele informasjon, ideer, personlige meldinger, videoer og annet innhold. Videre skriver Samnøen (2014) at sosiale nettverk er en Internettplattform hvor brukere kan skape sine egne profiler som inneholder personlig informasjon som brukeren ønsker å dele med andre. Jo eldre barna er, desto større er andelen unge som bruker Internett. Dette gjelder også for tidsbruken på Internett hvor man ser ut fra Medietilsynets forskningsrapport (2014) at det er vanlig med et snitt på 171 minutter daglig for 12-14 åringer og 217 minutter for 15-16 åringer.

Staksrud (2013) beskriver ungdommens forhold til Internett som et kjærlighetsforhold og ikke et avhengighetsforhold. I et kjærlighetsforhold har man lov til å vise hvem man egentlig er og man har mulighet til å være sårbar og følsom, men allikevel verdifull. Det er nettopp dette Internett kan gi mange av dagens ungdommer. De kan dele sine sårbare eller gledelige tanker på Internett og få kommentarer fra andre venner på dette. På sosiale medier ser man at

ungdommer deler sine innerste tanker og følelser, og de åpner seg opp om vanskelig livssituasjoner. Det skal også poengteres at dette ikke faller seg naturlig for alle, og dermed ikke gjelder all ungdom. For noen kan det være vanskelig å forstå at de vil dele disse tankene offentlig, med resten av verden, mens det for dem, føles helt naturlig. Internett blir brukt på ulik måte, både hos barn, ungdom og voksne. Selv om digitale og sosiale medier har ført med seg flere positive sider som kan skape et samhold mellom barn og unge, har det samtidig ført med seg det motsatte, nemlig muligheten til å skape skiller og utestenging gjennom digital mobbing.

## **2.2 Digital mobbing**

“Nettmobbing brer om seg blant barn” (Pettersen & Nordby, 2013), “Professor sammenligner nettmobbing med terror” (Andersen, Wibe-Lund, Bugge og Ertesvåg, 2011) og “Stian (14) skulle mobbes til døde” (Ergo & Risa, 2012). Dette er eksempler på overskrifter i media de siste årene som gir oss lesere inntrykk av at digital mobbing er utbredt i vårt samfunn.

For å kunne definere digital mobbing er det en forutsetning at man har innsikt i hva tradisjonell mobbing innebærer. Dan Olweus og Erling Roland er begge sentrale forskere innen mobbing og de har begge utviklet en definisjon på mobbing. Olweus (2000, s.17) definerer tradisjonell mobbing slik: “En person er mobbet eller plaget når han eller hun gjentatte ganger og over en viss tid blir utsatt for negative handlinger fra en eller flere personer”. I dette ligger det tre hovedkriterier: negativ ondsinnet atferd, gjentakelser over tid og ubalanse i styrkeforholdet (Olweus, 2010). Erling Roland (2014, s.25) definerer fenomenet mobbing slik: “Mobbing er fysiske eller sosiale negative handlinger, som utføres gjentatte ganger over tid av en eller flere sammen, og som rettes mot en som ikke kan forsvare seg i den aktuelle situasjonen”.

Det har vært uenigheter om hvordan digital mobbing skal defineres og forstås, noe som kompliserer forskningen på fenomenet. Definisjonene varierer i forhold til kravene som stilles til handlingen, som for eksempel om handlingen er gjentatt over tid (Tokunaga, 2010). De fleste forskere er allikevel enige om at det handler om en bevisst, gjentatt og aggressiv handling eller atferd som blir utført av en gruppe eller enkeltperson gjennom informasjon- og kommunikasjonsteknologi (Mareès & Petermann, 2012). En av de mest brukte definisjonene av digital mobbing finner vi hos Smith et al. (2008). De har videreført Olweus sin definisjon av tradisjonell mobbing og beskriver fenomenet slik: “An aggressive, intentional act carried out by a group or individual, using electronic forms of contact, repeatedly and over time

against a victim who cannot defend him or herself (s.376).” Samnøen (2014, s. 11) skriver at: “Digital mobbing kan defineres som en hvilken som helst oppførsel utført gjennom digitale medier – av individer eller grupper – som gjentatte ganger kommuniserer fiendtlige eller aggressive meldinger med intensjon om å påføre ubehag eller skade på andre”.

Felles for de fleste definisjonene av mobbing er at de fokuserer på en negativ atferd hvor hensikten er å skade mobbeofferet, enten det er bevisst eller ubevisst. Det er også vanlig at definisjonene inneholder en presisering av at det er en gruppe eller en enkeltperson som utfører mobbingen. Systematikken og at handlingene gjentas over en lengre tidsperiode, står også sentralt i definisjonene som beskriver mobbing (Roland, 2014).

### **2.2.1 Ulike former for digital mobbing**

En av de mest sentrale karakteristikene ved digital mobbing er at det er vanskelig å slippe unna. Naturlige fysiske skiller, som for eksempel å slippe kontakt med mobberne når man er hjemme eksisterer ikke lenger. Gjennom digital mobbing risikerer man alltid, og til enhver tid og være utsatt for mobbing. Meldinger via Internett og mobil gjør at alle steder er utrygge og at det ikke går å gjemme seg bort fra mobbingen. Man har ikke lenger “fri” fra mobberen i helger eller ferier, for trakasserende meldinger kan allikevel sendes til mobbeoffer døgnet rundt og i all offentlighet (Staksrud, 2013). Mobbingen er sosialt synlig noe som kan bli ekstra sårbart for mobbeofferet. Mobbingen blir ikke bare synlig for de vennene man har på sin venneliste, men kan spres til de som er venner med mobbeofferets venner og dermed bli synlig for langt flere.

Digital mobbing kan foregå på flere måter og en av dem er å opprette en falsk profil. Det er lettere for den som mobber å være anonym ved at man enkelt kan opprette falsk profil på sosialt nettverk. For eksempel kan man bruke falske navn på ulike meldings – og chattetjenester eller man kan opprette en falsk e-post adresse. Mobberen bruker da denne kontoen til å mobbe andre, og det blir veldig vanskelig å finne ut hvem mobberen er, når han/hun “gjemmer” seg bak en falsk profil. Ved at en person overtar en annens profil på sosiale medier og skriver noe krenkende til andre personer er også en form for digital mobbing. Det kan da se ut som om det er personen som eier profilen som har skrevet, mens det egentlig er mobberen som faktisk har gjort det. (Staksrud, 2013).

Å bruke audiovisuelt materiale som bilder og lyd er også en måte å mobbe andre på. Bilder som er tatt i en uheldig situasjon kan bli publisert på nettet av mobberen og gjort synlig for offentligheten. Stillbilder, film, lyder og musikk kan også benyttes. For eksempel kan mobbeoffer få tilsendt en krenkende melding med en negativ oppfordring, etterfulgt av et uheldig bilde (Staksrud, 2013). Bilder av mobbeoffer kan også bli redigert og manipulert av mobberen og lagt ut på nettet. Digital isolasjon er også en form for digital mobbing og går ut på at mobbeoffer blir ekskludert fra det sosiale fellesskapet på Internett. Ingen venneforespørsler, ingen meldinger eller invitasjoner, ingen “likes” eller kommentarer er eksempler på digital isolasjon. Det kan også bli opprettet ulike grupper, på for eksempel Facebook hvor en person ikke blir invitert inn i gruppen. Dette blir veldig ekskluderende for den personen som ikke får tilgang på den gruppen, som for eksempel resten av klassen har tilgang på (Staksrud, 2013).

Hva mobberen vil få ut av mobbingen kan være forskjellig fra metode til metode, og fra situasjon til situasjon. Men ofte handler det om at mobberen vil få til en provokasjon med hensikt å framkalle en reaksjon fra offeret. Det kan starte med en anklage mot offeret, eller å påpeke for eksempel trekk ved offerets personlighet i en negativ forstand, som ender med en reaksjon fra offeret (Roland, 2014).

### **2.3 Tradisjonell mobbing vs. digital mobbing**

I debatten om mobbing, diskuteres det om digital mobbing og tradisjonell mobbing skal behandles separate eller om digital mobbing er en mobbeatferd knyttet til den tradisjonelle mobbingen (Hellevik & Øverlien, 2013). Staksrud (2013) mener at selv om tradisjonell og digital mobbing har en del likheter, har de også en del forskjeller som gjør at man ikke bør erstatte arbeidet mot tradisjonell mobbing, med fokus på bare det digitale, eller motsatt. Dette på grunn av at digital mobbing skiller seg i form og konsekvens fra den tradisjonelle mobbingen, og det er derfor viktig at man har fokus på begge deler.

Blant fellestrekkene hos disse to formene for mobbing har man en intensjon om å skade eller irritere offeret, og dette må skje over en lengre tidsperiode. Skjer dette i form av en enkelthendelse kan det ikke sees på som mobbing (Samnøen, 2014). Et annet fellestrekk er at det er en viss ubalanse i maktforhold mellom mobber og offer, hvor offeret ikke er i stand til å forsvare seg selv (Roland, 2014). En mobbemetode som både kan skje ved den tradisjonelle metoden, og ved den digitale metoden er utfrysning. Ved den tradisjonelle mobbemetoden er utfrysning mest vanlig blant jenter, og innebærer at en person fjernes fra fellesskapet med

virkemidler som blant annet blikk, tegn og andre sårende metoder. Dette kan også være tilfelle på sosiale medier, hvor en person blir holdt utenfor for det sosiale fellesskapet på Internett.

Det som i størst grad skiller digital og tradisjonell mobbing fra hverandre er anonymitet. Gjennom tradisjonell mobbing vet offeret ofte hvem mobberen er, mens gjennom digital mobbing er det lettere å gjøre seg anonym. Ved å skjule seg bak en anonym identitet når man mobber blir det vanskeligere å spore opp mobberen og terskelen for å mobbe blir ikke like høy. Muligheten ved å være anonym ved mobbing gjennom digitale verktøy, gjør arbeidet med å stoppe digital mobbing vanskeligere, med tanke på at man ofte ikke vet hvem som står bak mobbingen. Som nevnt tidligere er tid og tilgjengelighet også noe som skiller digital og tradisjonell mobbing fra hverandre. I dagens hverdag har man mulighet til å være tilkoblet Internett døgnet rundt, noe som medfører at også mobbing kan skje til alle døgnet tider. Ved tradisjonell mobbing, foregår mobbingen stort sett bare når mobber og offer møter hverandre ansikt-til-ansikt. Bruken av digitale verktøy gjør også at mobbingen kan bli av en alvorligere grad, med bakgrunn i at mobberne har god tid på å formulere meldingene de sender. Terskelen for å skrive noe sårbart og trakasserende kan virke lavere når man sitter og skriver med hverandre, enn når man står rett foran offeret. Ved at terskelen for å mobbe blir lavere, øker også graden av trakassering, noe som fører med seg alvorlige konsekvenser. Konsekvensene kan komme til uttrykk på flere måter, og blant annet selvfølelsen står i stor fare for å bli påvirket.

## **2.4 Selvfølelsen**

Begrepet selvfølelse handler om å få tak sine egne følelser og handle ut i fra dem, til det beste for seg selv og for andre. Det er to elementer som er sentrale når man snakker om selvfølelse, og det er hva man gjør og sier utad, og den følelsen man har av seg selv på innsiden. Man må bli kjent med sine egne følelser og behov, samtidig som man må utvikle måter å uttrykke seg på i samvær med andre personer. Denne utviklingen skjer allerede i spedbarnsalder med foreldrene som støttespillere. Men også i tenårene er hjernen åpen for nye impulser, og den er klar for utvikling og ombygging, hvor tenårene er en alder for påfyll og reparasjon av selvfølelsen. Siden hjernen er såpass formbar i tenårene, er den også preget av stor risiko (Øiestad, 2011).



Begrepet skamfølelse kan sees som en motpol til selvfølelsen. Skamfølelsen handler om at den som skammer seg har en opplevelse av å være feil og å ha gjort noe galt. Når man snakker om den korrigerende skammen vil den finne plass i den gode selvfølelse, for det er den som får oss til å kjenne våre begrensninger og at man ikke kan få til alt. Det er når denne skamfølelsen tar overhånd og man ikke klarer å styre skamfølelsen, at det kan utvikle seg til en dyp smerte som kan føre til at selvfølelsen undergraves. Når dette blir tilfelle sitter man ofte med tanker om at alt man gjør er feil og at man ikke trenger å bli tatt hensyn til. Man blir fylt opp med en følelse om at man ikke hører til noe sted og det kan igjen gi kroppen fysiske problemer (Øiestad, 2009). Når dette blir tilfelle får man også problemer med å akseptere seg selv som den man er. Selvaksept handler om den grad og verdi man mener å være bra eller dårlig som person (Kvello, 2010).

Gjennom sin egen selvfølelse har man også tanker om hvordan man oppfatter seg selv som person. Selvoppfatning handler om tanker, emosjoner, tro og antakelser man har om seg selv. For at man skal klare å oppfatte seg selv, er mennesker avhengig av de såkalte signifikante andre, personer som står oss nær. Deres oppfatning av oss speiles, tolkes og påvirker hvordan vi oppfatter oss selv. Selvoppfatningen deles ofte inn i fem forskjellige hovedområder, og tre av disse områdene blir brukt gjennom denne oppgaven. Sosial selvoppfatning handler om hvordan man selv mener å fungere i sosialt samspill med andre. Emosjonell selvoppfatning handler om den emosjonelle fungering av følelseslivet. Fysisk selvoppfatning består av to områder, hvordan man selv mener å fungere i forhold til prestasjoner og utseende (Kvello, 2010). Disse tre formene for selvoppfatning er i stor risiko for å bli påvirket i negativ grad ved ukomfortable og utfordrende situasjoner, som digital mobbing.

## **2.5 Digital kompetanse**

Problemstillingen min omfatter spørsmålet: “hvordan mestrer ungdom å bli utsatt for digital mobbing”, og gjennom å se på digital kompetanse skal jeg prøve gi en forklaring på dette. Jeg gjennomførte et søk i Store norske leksikon på begrepet kompetanse, og fant ut at kompetanse generelt er knyttet til “evne eller kvalifikasjoner, f.eks. til å uttale seg, inneha en stilling eller treffe en beslutning”. Videre i Store norske leksikon står det at det er flere sider som er knyttet til kompetansebegrepet, men at det er avgjørende hvilket fagfelt det er snakk om, for å kunne anvende den mest hensiktsmessige siden av begrepet. Kompetanse i denne sammenhengen dreier seg om ungdommenes håndtering av digitale medier og hvordan de mestrer utfordrende situasjoner.

Ved å tilby ungdommer en arena for handling, deling og eksperimentering, som sosiale medier gjør, har de mulighet til å få et godt og positivt forhold til Internett (Samnøen, 2014). Dette baserer seg på at innlæringen i bruk av Internett skjer på et tidlig tidspunkt og at denne innlæringen er nøye med å fremheve risikoelementer og ulike håndteringsmetoder. Gjennom utvikling av en digital kompetanse, danner man seg erfaring med å håndtere ulike digitale verktøy på en trygg, kritisk og kreativ måte. Det handler om kunnskap, ferdigheter og holdninger, hvor digital dømmekraft er en viktig del av den digitale kompetansen (Lindaas, u.å.). En undersøkelse fra EU kids online (2010) viser at høy og tidlig bruk av Internett gjør at barn og unge lærer seg å mestre ulike former for aktiviteter på Internett. Flere aktiviteter fører igjen til både flere ferdigheter hos barn og unge i forhold til Internettbruk, men også flere risikomomenter. Staksrud (2013) beskriver denne formen for innlæring for “trappetrinnskompetanse”, hvor man stegvis klatrer oppover og mestrer mer og mer over lengre tid. Jo mer informasjon de får, jo lettere er det å utvikle digital motstandskraft og vite hvordan de skal håndtere ubehagelige situasjoner på Internett.

Noen ganger opplever man at ubehagelige situasjonene tar overhånd og at disse negative hendelsene har utviklet seg til å bli digital mobbing. Det er da, tidlig nettvettinnlæring spiller en stor rolle, for å vite hvordan man skal håndtere dette ubehagelige og vonde fenomenet som opptar hverdagen.

### **2.5.1 Håndteringskompetanse**

Staksrud (2013) tar i bruk håndteringskompetanse og definerer begrepet som “tanker og atferd man benytter i stressende eller opprørende situasjoner for å beskytte seg selv fra ytterligere psykologisk skade” (s.106). Videre presenterer hun tre ulike strategier når det gjelder håndtering av digital mobbing; Fatalistisk/passiv håndtering, hvor man går med en tanke om at problemet vil gå over av seg selv, uten at man selv gjør noe aktivt for å få en stopper på problemet. Kommunikativ håndtering går ut på at man snakker med noen om problemet som har oppstått. Gjennom en proaktiv håndtering/ problemløsning strategi forsøker man selv å løse problemet ved aktiv handling. Eksempler på proaktiv håndtering er å slette meldinger, blokkere avsenderen og endre personverninnstillinger.

Hvordan ungdommene har det “utenfor Internett” er avgjørende for hvilken strategi de bruker for å håndtere dårlige erfaringer på Internett. Ungdommer som har utviklet psykiske vansker, ensomhet, depresjon og atferdsproblemer har større sjanse for å ta i bruk en passiv håndtering av problemet, og klarer dermed ikke å hjelpe seg selv. Disse psykiske vanskene kan ha blitt et

resultat av den digitale mobbingen, og de voksne rundt vil spille en stor rolle i arbeidet med å hjelpe ungdommene (Staksrud, 2013). Staksrud (2013) poengterer også flere ganger at det å begrense barn og unges nettbruk ikke er en varig løsning. Dette begrunner hun med at de digitale verktøyene og Internett har fått en såpass stor og nødvendig plass i vår hverdag, arbeidsliv og kultur.

## **2.6 Kort teoretisk oppsummering**

Jeg har nå presentert relevant teori som denne masteroppgaven bygger på. Jeg har beskrevet digitale mediers fremvekst, og hvordan sosiale medier opptar ungdommenes hverdag.

Tidsbruken som barn og unge bruker på sosiale medier er høy og effektiv, og faren for å havne oppi utfordrende situasjoner gjør seg gjeldene. Videre har jeg presentert begrepet digital mobbing, og hva som forbindes med denne formen for mobbing. Jeg har også sammenlignet tradisjonell og digital mobbing med hverandre, for å gi en bedre innsikt i fenomenet, og opplevelsene rundt mobbingen. Digital mobbing fører med seg mange konsekvenser og blant annet selvfølelsen står i fare for å bli påvirket på flere nivåer av langvarig mobbing. Når man bruker såpass mye tid på Internett som vi gjør i dag, er det viktig med digital kompetanse for å mestre utfordrende situasjoner på Internett. Jeg har gått inn og gitt en forklaring på hva som ligger i begrepet digital kompetanse og hvordan dette kan utvikles, samt hvordan ulike håndteringsstrategier kan tas i bruk ved digital mobbing.

### **3 TIDLIGERE FORSKNING**

I 1969 skrev det svenske tidsskriftet *Liberal Debatt* en artikkel om et fenomen som hverken hadde et navn eller logikk og det ble satt lys på et fenomen som kanskje alltid hadde skjedd, nemlig mobbing. Temaet mobbing ble en del av den offentlige debatten i Sverige og det ble etter hvert skrevet flere bøker og flere forskere interesserte seg for dette fenomenet. Det var hovedsakelig i Skandinavia begynnelsen på forskningen startet, men på 1990 tallet startet oppmerksomheten omkring fenomenet også i andre land utenfor Skandinavia, som blant annet USA og Japan (Roland, 2014).

Det er flere forskere og organisasjoner som stiller seg sentrale i forskningen på digital mobbing, både på verdens- og landsbasis. Her til lands utpeker Erling Roland seg som en sentral forsker og han var blant de første i Norge til å gjøre vitenskapelig forskning på mobbing. Han er professor i spesialpedagogikk ved norsk senter for læringsmiljø og atferdsforskning ved Universitetet i Stavanger (Roland, 2014). Dan Olweus kommer fra Sverige og er også en sentral forsker innenfor temaet mobbing. Han har blant annet utviklet Olweus-programmet som har sitt mål å redusere mobbing og antisosial atferd i grunnskolen (Drugli og Eng, 2014).

I dette kapittelet skal jeg ta for meg den forskningen som allerede har blitt gjennomført på området omkring digital mobbing. Staksrud (2013) skriver at det ikke er etablert enighet omkring hvor mange som blir mobbet digitalt. Videre skriver hun at dette skyldes ulikhetene i hvordan mobbingen blir definert når den skal undersøkes, og hvilke kriterier som ligger til grunn for å avgjøre om det er mobbing, plaging eller erting. I samtlige av undersøkelsene jeg har gått igjennom, har kriteriene for digital mobbing blitt presentert tidlig i analysen/undersøkelsen, og det var noen forskjeller i de ulike undersøkelsene. Samtlige av undersøkelsene poengterer at digital mobbing forekommer bare hvis hendelsene har skjedd for en lengre tidsperiode, og mobbingen må være preget av en ondsinnet atferd fra mobber.

#### **3.1 Årsaker til mobbing**

For å skaffe kunnskap om kjennetegn ved både mobber og offer, har det vært nyttig at spørreundersøkelsene inneholder spørsmål der informantene gir opplysninger om seg selv. Roland (2014) har sett på forskning som sammenligner ulike områder ved personligheten med risikoen for å bli mobbet, eller å mobbe andre. "Folketroen" bygger blant annet på at man blir hakket på dersom man skiller seg ut fra gruppen, men dette viser seg og ikke stemme. Utseende, klær og dialekt viser seg og ikke å ha sammenheng med årsaken til at en person blir

mobbet eller at en person mobber andre. Derimot viser det seg at det ofte er ubalanse i fysisk styrke mellom mobber og offer. Hos gutter ser man ofte at mobberne ofte er fysisk sterkere enn gjennomsnittet. Mens det er en ubalanse hos guttene, finner man ikke denne tendensen hos jenter. I forhold til skoleprestasjoner så skårer både gutter og jenter som er mobbeoffer lavere enn gjennomsnittet i teoretiske fag, og denne forskjellen er størst hos ungdommer. Man kan også vende om på spørsmålet fra å se om skoleprestasjonene blir svekket på grunn av mobbingen, til å se om lave skoleprestasjoner kan være en årsak til at eleven blir mobbet. Risikoen for å bli mobbet knytter seg i størst grad til indre forhold som kommer til uttrykk i personens væremåte. Dette kan for eksempel vise seg ved tårer, redsel eller hjelpeløst sinne, og bakenforliggende faktorer er dårlig selvbilde, angst og frykt. Disse kjennetegnene er gjerne tilstede når personen debutterer som mobbeoffer, men de forsterkes i stor grad ved langvarig plaging (Roland, 2014). O`Moore (2010) beskriver karakteristiske egenskaper som et offer ofte har. Blant annet nevnes det lav selvtillit, få gode venner, engstelig, følsom og usikker.

### **3.2 Forekomst av digital mobbing**

Det er gjennomført flere nasjonale undersøkelser på forekomst av digital mobbing blant barn og unge, og alle undersøkelsene viser at det foregår digital mobbing blant ungdom. Jeg har tatt for meg fem ulike spørreundersøkelser for å se på hvor stor prosentandel av ungdom som blir utsatt for nettmobbing.

Elevundersøkelsen er en landsomfattende undersøkelse som gjennomføres hvert år på grunnskolen og videregående skole i regi av utdanningsdirektoratet. Formålet er at elever skal si sin mening om trivsel og læring på skolen, og spørsmålene om mobbing gjelder det som har skjedd på skolen i løpet av de siste månedene. Elevundersøkelsen inneholdt temaet digital mobbing for første gang i 2012. Wendelborg (2012) analyser undersøkelsens resultater og konkluderer med at 4,9 % av elevene hadde opplevd digital mobbing fra elever i klassen sin 2-3 ganger i måneden eller mer. Mens 4,6 % av elevene hadde opplevd digital mobbing fra andre elever på skolen som ikke gikk i klassen deres. 4,6 % hadde opplevd digital mobbing fra ukjente personer. Ut i fra denne analysen hvor fokuset dreide seg om mobbeofferet visste hvem mobberen var, ser man at tallene er ganske jevne, med en liten overvekt av elever som opplevde mobbing fra noen i klassen sin.

I elevundersøkelsen fra 2013, ble det gjort en endring i spørsmålene omkring digital mobbing. Undersøkelsen tar ikke spesifikt for seg begrepet digital mobbing, men det kom nye spørsmål som omhandlet hvor ofte elevene hadde opplevd seks ulike krenkelser på skolen. Jeg tar for meg fem av de seks ulike krenkelsene og ser på hvor stor prosentandel som opplevde krenkelsen gjennom internett/mobil:

1. *“Noen har gjort narr av eller ertet meg, slik at jeg ble lei meg”*. Det var 4,4 % som svarte at dette hadde skjedd på Internett/ mobil.
2. *“Jeg ble holdt utenfor”* Det var 2,3 % som oppga at dette hadde skjedd via Internett/mobil.
3. *“Noen spredte løgner om meg”* Det var 11,5 % som hadde opplevd dette gjennom Internett/mobil.
4. *“Noen har truet meg”* Det var 6,7 % som hadde opplevd dette via internett eller mobil.
5. *“Noen kommenterte utseende mitt negativt på en måte jeg ikke likte”* Det var 4,8 % som opplevde dette via internett eller mobil

Den sjette og siste krenkelsen omhandlet fysisk krenkelse som blant annet sparking og dytting, og var ikke relevant for digital mobbing. Også denne analysen av elevundersøkelsen ble gjennomført av Wendelborg (2013). Ut i fra denne undersøkelsen ser man at tallene ikke er svært høye jevnt over alle krenkelsene. Men det er en krenkelse som skiller seg ut med noe høyere prosentandel, og det er spredning av løgner.

Nasjonalt senter for læringsmiljø og atferdsforskning gjennomførte sin første landsdekkende skolemiljøundersøkelse i 2005, og undersøkelsen ble jevnlig gjentatt fram til 2008 hvor den siste undersøkelsen ble foretatt. Hovedpunktene i undersøkelsen gjaldt mobbing blant elevene, og mobbing via internett og mobil ble inkludert i Skolemiljøundersøkelsene fra og med i 2001 (Roland, 2008). Hellevik og Øvrelien (2013) beskriver resultatene fra skolemiljøundersøkelsen fra 2008 i sin kunnskapsoversikt:

1. *Mobbing gjennom samtaler på mobiltelefon*

- 3 % opplevde dette hver uke
- 7 % opplevde dette av og til

2. *Mobbing gjennom tekst på mobiltelefon*

- 3,1 % opplevde dette hver uke
- 6,2 % opplevde dette av og til

#### 4. Mobbing gjennom Internett

- 3,6 % opplevde dette hver uke
- 10,3 % opplevde dette av og til

Totalt svarte 4,2 % av alle respondentene at de har blitt digitalt mobbet hver uke eller oftere.

Medietilsynets rapport om barn og medier tar for seg funnene fra en landsomfattende spørreskjemaundersøkelse blant ca. 2000 barn i alderen 9 – 16 år. Spørsmålene har tatt for seg barn og unges bruk og opplevelse knyttet til PC, mobil, Internett, dataspill og TV. Gjennom undersøkelsen kom det fram at 13 % hadde opplevd at noen har vært slemme eller mobbet dem via mobil eller internett. 7 % sa at de har blitt truet, mens 11 % oppga at det har blitt lagt ut bilder som gjorde dem triste og lei seg (Medietilsynet, 2014).

“EU Kids Online” er et multinasjonalt forskernettverk. Deres formål er å øke kunnskapen om europeiske barns Internettmuligheter, risiko og sikkerhet. Studien om digital mobbing ble gjennomført i 25 europeiske land i 2010 hvor totalt 25142 barn mellom 9 og 16 år ble intervjuet sammen med minst en av foreldrene sine (EU kids online, 2014). I boken til Staksrud (2013) ses det nærmere på digital mobbing i Norge med bakgrunn i data fra undersøkelsene til EU Kids Online. Undersøkelsen omfatter mobbing i løpet av de siste 12 månedene (mobbing i år 2010). Ut i fra undersøkelsene om mobbing kommer det fram at det er vanligst å bli mobbet ansikt til ansikt. 6 % av gutter i alderen 13-16 år har opplevd mobbing på Internett og 7 % har opplevd mobbing gjennom mobiltelefon. Når det gjelder jenter i samme alder oppgir 10 % mobbing gjennom Internett og 17 % gjennom mobiltelefon. Det viser seg å være en forskjell blant gutter og jenter, med overvekt av jenter som blir mobbet gjennom digitale verktøy. Det viser seg også at det er en del barn og unge som blir mobbet både på og utenfor Internett (Staksrud, 2013). Det er sannsynlig at et barn som blir utsatt for mobbing på skolen, også blir mobbet på Internett og mobiltelefon. Over to tredjedeler av ofrene for digital mobbing ble også utsatt for tradisjonell mobbing (O'Moore og Minton, 2009).

Tallene fra alle disse undersøkelsene viser at digital mobbing er tilstede i barn og unges hverdag, men at tallene hverken er høye eller økende. Olweus (2010) beskriver to påstander om digital mobbing som ikke har vitenskapelig støtte. Den første er at *digital mobbing er en vanlig form for mobbing blant norske barn*. Den andre påstanden er at *det har vært sterk økning i digital mobbing i løpet av de siste årene*. Etter hva forskning viser, så stemmer ingen av disse påstandene, noe Olweus selv også konkluderer med.

### **3.3 Sosiale medier**

I en statistikk fra EU Kids Online som ble gjennomført i 2010, som tar for seg antall barn og unge på landsbasis som har en egen profil på et sosialt nettverk, finner man norske ungdommer i midten av statistikken sammen med Sverige og Finland. 69 % av norske ungdommer har sin egen profil på et sosialt nettverk. Å bruke ulike chatterom, se på videoklipp, bruke Internett til skolearbeid, besøke en profil på et sosialt nettverk og sende meldinger til venner er noe over 70 % av alle norske barn mellom 9-16 år gjør i dag (Staksrud, 2013).

Det er flere sosiale medier som er populære blant ungdom i dag, og den som ligger på toppen hos både gutter og jenter i alderen 15-16 år er Facebook. Facebook er et nettsamfunn hvor man oppretter en profil om seg selv. Gjennom denne profilen kan man skrive om seg selv, legge ut bilder og kommunisere med andre. Man velger selv hvem som skal være på vennelisten og som dermed kan få innsikt i din profil. På andre plass av mest brukte sosiale medier er det forskjell hos gutter som oppgir Snapchat og jenter som oppgir Instagram. Snapchat er en mobilapplikasjon for sending av bilder og video til andre mottakere på egen kontrollert venneliste. Bildene eller videoen vises på mottakers display i noen få sekunder, og deretter forsvinner de. Instagram er en bilde – delingstjeneste som gjør det mulig for brukere å ta bilder og evt. redigere før de legges ut og deles med andre Instagram brukere. Gjennom både Facebook og Instagram er det mulig å “like” eller kommentere andre sine statuser og bilder (Medietilsynet, 2014).

### **3.4 Konsekvenser av digital mobbing**

At mobbing fører med seg alvorlige konsekvenser vet vi med sikkerhet gjennom forskning på verdensbasis. Men det er frekvensen, lengden og alvorlighetsgraden av mobbingen som avgjør hvor alvorlige konsekvensene blir (Tokunaga, 2010). Det er flere forskere som har sett på konsekvensene som digital mobbing fører med seg. Smith mfl. fant i 2010 (sitert av Samnøen, 2014, s. 52) at digital mobbing har vært knyttet til blant annet dårlig selvtillit, ensomhet, depresjon, sosial engstelse, nedsatt konsentrasjonsevne på skolen og økt risiko for å tenke på selvmord. Ofrene for nettmobbing har lavere selvfølelse og høyere grad av depresjon (Ybarra, Mitchell, Wolak, & Finkelhor, 2006). Personer som blir utsatt for nettmobbing får ofte psykososiale og faglige problemer (Tokunaga, 2010).

Hinduja & Patchin (2010) har blant annet forsket på sammenhengen mellom nettmobbing og selvfølelse. De intervjuet 2000 tilfeldige utvalgte fra de største skolekretsene i USA.



Resultatene av undersøkelsen ble at både ofre og mobbere hadde lavere selvfølelse enn personer som ikke hadde deltatt i noen form for nettmobbing. Videre skriver de at de nøyaktige årsakene til dette er noe uavklart, da forskningen ikke viser om det er lav selvfølelse fra før som gjør personen til et offer eller om det er mobbingen som er årsaken til lav selvfølelse. Men de kan konkludere med at det er et forhold mellom disse to fenomenene.

Wang, Nansel og Iannotti (2011) har sett på forekomsten av depresjon i sammenheng med digital mobbing. Deres resultat var at det fantes store variasjoner i negativ påvirkning basert på om man var offer eller mobber, men at de begge hadde større prevalens av depresjon enn de som ikke var innblandet i digital mobbing. De fant også ut at det var større prevalens av depresjon blant ofrene enn blant mobberne.

Schneider, O'Donnel, Stueve og Coulter (2012) har forsket på sammenhengen mellom mobbing i form av digital og tradisjonell og hvilke negative psykologiske påvirkninger dette har for ungdom. De fant ut at ofre som var utsatt for både tradisjonell og digital mobbing var mest utsatt for psykiske problemer. Deretter kom ofre som var utsatt for bare digital mobbing, etterfulgt av ofre for bare tradisjonell mobbing. Den samme rekkefølgen gjaldt også for de som hadde høyest risiko for selvmordsforsøk og selvskading.

Ved langvarig mobbing via digitale medier, møter offeret vonde opplevelser som kan føre til engstelse, usikkerhet, nederlag og som igjen påvirker offerets selvfølelse. Ved gjentatte vonde opplevelser som har påvirket selvfølelsen over en viss tid, vil offeret kunne trekke seg unna andre mennesker og sosiale sammenhenger. Ved å isolere seg, opprettholder de perspektivet på seg selv som annerledes, og de unngår frykten for å bli avvist fra andre når det er de selv som trekker seg unna. Resultatet blir en vond ensomhet (Liverød og Iyer, 2010).

### **3.5 Kort oppsummering av forskning**

Ungdommenes bruk av digitale verktøy og sosiale medier har økt i takt med den digitale utvikling. Det sosiale mediet Facebook, viser seg å toppe listen av mest brukt blant både gutter og jenter, og i likhet med andre sosiale medier og Internettfunksjoner åpner det opp for sosialisering og vennskap på den positive siden og risiko for mobbing på den negative siden. Digital mobbing viser seg å kunne gjennomføres på flere forskjellige måter, og konsekvensene for å være offer for denne formen for mobbing viser seg å være alvorlige og langvarige. Selv om forskning viser at digital mobbing forekommer i barn og unges hverdag, viser tallene allikevel at de hverken er høye eller økende.

## **4 FORSKNINGSPROSESSEN**

I denne delen av oppgaven skal jeg gjøre rede for metodiske valg som har blitt gjort gjennom min studie. Jeg skal blant annet redegjøre for hvordan forskningsdesign jeg har brukt, hvordan utvalget ble gjort, hvordan innsamlingen av data foregikk og hvilke analysemetoder som ble brukt. Jeg starter med en innføring i metodisk tilnærming generelt og hvilket vitenskapsteoretisk grunnlag som oppgaven bygger på.

### **4.1 Metodisk og vitenskapsteoretisk tilnærming**

Når man har kommet såpass langt som til forskningsprosessen i en undersøkelse, vil neste steg være å velge ut et undersøkelsesdesign som passer til den problemstillingen man har valgt seg. Hvilken vei man skal gå i forhold til undersøkelsesdesign avhenger av hvordan problemstillingen er formulert. Designet må passe til den konkrete problemstillingen i undersøkelsen for at gyldigheten skal bli optimal (Jacobsen, 2010).

Man står ovenfor to hovedformer i forhold til valg av metodisk tilnærming, hvor enten en kvalitativ eller en kvantitativ tilnærming vil være sentral. En kvantitativ tilnærming er ofte forbundet med undersøkelser som går i bredden av et tema, mens kvalitativ vil egne seg godt til og “gå i dybden”. Målet med en kvalitativ tilnærming er å få fram så mange og ulike nyanser og detaljer som mulig, og av den grunn får man også en helhetlig forståelse av personen og konteksten han/hun befinner seg i (Jacobsen, 2010). Med bakgrunn i spørsmålene som min problemstilling omfatter, har jeg valgt å bruke en kvalitativ tilnærming for å gå i dybden på dette temaet.

Forskerens vitenskapsteoretiske forankring spiller en rolle, og har betydning for hva forskeren søker informasjon om. Min vitenskapsteoretiske posisjon forankres i symbolsk interaksjonisme og et fenomenologisk vitenskapssyn. Gjennom symbolsk interaksjonisme studerer man hvordan personer samhandler med hverandre for å få innsikt i personenes sosiale realitet. Gjennom en interaksjon med andre, skaper mennesker kontinuerlig sin identitet. Forskeren søker å forstå de symbolske meningene som de handlingene og begivenhetene har, for de som samhandler med hverandre. Symbolsk interaksjonisme baserer seg på et fenomenologisk vitenskapssyn. Gjennom en fenomenologisk tilnærming tar man utgangspunkt i den subjektive opplevelsen og prøver å oppnå den dypere meningen i enkeltpersonenes erfaringer. Forskningen sentreres rundt fenomenverdenen slik informanten opplever den, noe som fører til at den ytre verden kommer i bakgrunn (Thagaard, 2011). Begrepet livsverden står sentralt innenfor kvalitativ forskningstradisjon, og stammer fra

fenomenologiens filosofiske retning (Kvale og Brinkmann, 2009). Med dette legges det til grunn en forståelse av at virkeligheten er den virkeligheten som mennesket opplever som virkelig. Forskeren er interessert i den intervjuedes forhold til sin egen livsverden.

Denne vitenskapsteoretiske posisjonen gjør seg gjeldene i min masteroppgave i den grad, at mitt formål med undersøkelsen, er å få innsikt i hvordan digital mobbing oppleves av de som sitter med erfaringene. Jeg er interessert i å forstå omverdenen til de ungdommene som har hatt en hverdag preget av digital mobbing, hvor det er deres oppfatning av fenomenverden som kommer til uttrykk. Formålet er å beskrive en omverden som forankres i deres erfaringer. Fokuset omhandler hver enkelt ungdoms subjektive erfaring og opplevelser knyttet til selvfølelsens påvirkning, og mestring av utfordrende situasjoner, samt opplevelser omkring digital mobbing generelt.

#### **4.1.1 Intervju som metode**

Kvale og Brinkmann (2009) beskriver historiske trekk ved kvalitativ intervju. Intervju har sine røtter langt tilbake i tid og det å samtale med hverandre er en gammel måte å tilegne seg kunnskap på. De trekker fram Sokrates som eksempel, for han brukte dialoger for å få kunnskap om filosofiske temaer. Det var ikke før på 1700 tallet at selve begrepet intervju ble tatt i bruk og intervjuer har siden den gang blitt brukt i varierende grad fram til i dag.

Hovedformålet til et kvalitativt intervju er å søke etter respondentenes opplevelser og erfaringer, samt og få fylldig informasjon om hvordan respondentene opplever sin livssituasjon og hvilke synspunkter de har om det temaet som er i fokus (Kvale og Brinkmann, 2009; Thagaard, 2011). Tradisjonelt har kvalitative metoder blitt forbundet med forskning og undersøkelser som innebærer nær kontakt mellom forsker og de som studeres, noe som også fører med seg ulike metodiske og etiske utfordringer. Nær kontakt mellom respondent og forsker kan være positivt i den grad at de kan opparbeide et tillitsforhold som kan føre til åpenhet og ærlighet under intervjuet. Nærheten kan også føre med seg et vennskap mellom respondent og forsker, noe som kan by på utfordringer for forskeren ved at det blant annet blir vanskelig med kritisk refleksjon (Thagaard, 2011).

Thagaard (2011) beskriver ulike måter som et intervju kan utformes på, men konkretiserer at den vanligste formen er å gjøre intervjuet delvis strukturert ved hjelp av en intervjuguide. Da har forskeren klargjort temaene på forhånd, men rekkefølgen på spørsmålene trenger ikke nødvendigvis å være fastsatt. Ved denne type utforming har forskeren mulighet til å få tak i respondentens fortelling, samtidig som at temaene fra intervjuguiden blir besvart. Det er også

mulig å gjøre intervjuet lite strukturert ved og bare ha bestemt hovedtemaene på forhånd. Da kan respondenten ta opp temaer underveis, mens forskeren stiller spørsmål ut i fra det respondenten sier. Hvis man skal sammenligne flere intervjuer med hverandre, kan det være hensiktsmessig å gjennomføre et strukturert intervju, hvor spørsmålene er laget på forhånd, og respondentene står fritt til å utforme svarene sine.

#### **4.2 Undersøkelsens design**

I denne undersøkelsen har jeg som tidligere nevnt, valgt å bruke en kvalitativ tilnærming som forskningsmetode. For å gjennomføre undersøkelsen brukte jeg et intervju i form av en strukturert utforming som forskningsmetode, da jeg så at dette egnet seg godt i forhold til min problemstilling.

Jeg tok også valget om å gjøre intervjuet valgfritt for respondentene, ved at de selv kunne velge å gjennomføre intervjuet ansikt til ansikt med meg, eller gjennom et datastøttet intervju i form av e-post. Jacobsen (2010) skriver at nye teknologiske muligheter har åpnet opp for interessante alternativer til et ansikt til ansikt- intervju, hvor intervjuene skjer via Internett. Gjennom et nettbasert intervju, utveksler intervjuer og respondenten skriftlig informasjon for eksempel på en asynkron måte gjennom e-post.

Min tanke når jeg valgte å gjøre det mulig for ungdommene å velge et datastøttet intervju, var at det kan virke mer naturlig og tryggere for dem å åpne seg om den digitale mobbingen gjennom en skriveprosess. Som jeg beskriver i teorikapittelet bruker en stor prosentandel av dagens ungdommer, Internett og sosiale medier daglig. Ved å bruke en intervjuform som de er komfortable med, kan det være til hjelp for å få et resultat av god kvalitet. Å bli utsatt for digital mobbing er en vond opplevelse og et sårbart tema som kan være vanskelig å snakke om med andre. Gjennom et datastøttet intervju er det lettere å ta opp intime sider ved personens liv (Kvale og Brinkmann, 2009). Ved å bruke en intervjuform hvor ungdommene selv skriver, og hvor de får anledning til å tenke gjennom svarene før de svarer, kan av den grunn være hensiktsmessig både for dem og for forskeren som kan motta gjennomtenkte svar.

### 4.3 Utvalg og fremgangsmåte

I denne studien var det viktig at jeg fant frem til et utvalg som kunne gi meg informasjon om temaet digital mobbing slik at problemstillingen for studien ble besvart. I denne studien viste det seg at et informasjons basert utvalg (Jacobsen, 2010) egnet seg godt. Jeg kunne da velge ut enheter som jeg mente ville gi meg mye og god kunnskap om mitt tema, slik at jeg kunne belyse problemstillingen min på en tilfredsstillende måte.

I en kvalitativ metode vil et utvalg på få enheter være best egnet med tanke på at de dataene man får inn, inneholder mange detaljer og opplysninger, slik at det blir vanskelig å analysere for store mengder (Jacobsen, 2010). Denne studien består av et utvalg på tre jenter og en gutt med alle i alderen 18 år, som har erfaring med digital mobbing i den grad at de har vært utsatt for hendelsen over en lengre periode. Jeg har valgt å kalle utvalget mitt for respondenter med bakgrunn i at alle sammen har egne erfaringer og har opplevd digital mobbing på nært hold, og dermed representerer de den gruppen jeg ønsket å undersøke. Respondentene ble valgt ut på bakgrunn av følgende kriterier; de måtte være ungdommer i alderen 16-18 år, de måtte ha vært utsatt for mobbing gjennom digitale medier og mobbingen må ha foregått over en lengre tidsperiode, hvor enkelthendelser alene ikke ga tilgang til deltakelse i undersøkelsen. Jeg så det også hensiktsmessig at mobbingen hadde avtatt når intervjuet fant sted, slik at respondentene hadde fått litt avstand til hendelsene, og dermed hadde mulighet til å reflektere over mobbingen gjennom et retrospektivt perspektiv. I forhold til avstanden til respondentene tok jeg en geografisk avgrensning, hvor ungdommene måtte befinne seg på Østlandet. Dette gjorde jeg på grunn av praktiske årsaker ved gjennomføring av et eventuelt ansikt – til ansikt intervju.

Min tanke når jeg startet planleggingen av rekruttering av respondentene var at jeg på forhånd skulle utforme et informasjonsskriv som jeg ville levere ut til 10.trinn ved en eller to ungdomskoler på Østlandet, men dette skulle vise seg å by på en del utfordringer.

Informasjonsskrivet (se vedlegg) ble ferdig utformet i november og jeg startet med å kontakte to ungdomskoler, men uten hell. Etter flere forsøk uten å få hverken svar eller kontakt, valgte jeg å la det ligge og heller prøve en annen ungdomsskole. Her fikk jeg etterhvert kontakt med rektor, men etter hvert som tiden gikk, ble også tiden fra da han svarte på mine henvendelser bare lengre og lengre. Jeg fikk inntrykk av at mitt prosjekt ikke var av stor interesse på hans skole, men han ga allikevel klarsignal til at informasjonsskrivene mine skulle bli levert ut.

Rektor så det mest hensiktsmessig at skolen selv leverte ut informasjonsskrivene, uten at jeg trengte å komme. Dette ga meg ingen konkret bekreftelse på at alle elevene hadde mottatt mitt

skriv, og jeg fikk heller ingen henvendelser fra elever som ville delta på mitt prosjekt. Jeg tok derfor valget om å endre strategi, og startet et Internett-søk på ulike sosiale medier for og lete etter ungdommer som selv har skrevet noe om digital mobbing. Etter mange timer med søking satt jeg igjen med seks ungdommer som passet til mine kriterier og som jeg valgte å ta kontakt med, noe jeg gjorde i slutten av desember måned. Fire av disse ungdommene ville med stor glede delta på undersøkelsen, og jeg sendte dem informasjonsskrivet mitt for å gi dem litt mer informasjon om undersøkelsen. Det viste seg at samtlige av ungdommene ville gjennomføre intervjuet gjennom e-post, og det ble da altså et datastøttet intervju på alle respondentene.

Mine tanker omkring hvorfor ingen ungdommer tok kontakt med meg på den ungdomskolen jeg fikk levert ut informasjonsskrivene er flere. For det første så vet jeg ikke med sikkerhet at skrivene mine ble levert ut til alle på 10.trinn, siden jeg ikke fikk vært der selv og gjennomført den prosessen. Disse informasjonsskrivene ble levert ut i månedsskiftet november/desember, og en annen grunn være at det skjedde mye på skolen i tiden før jul, med tanke på tentamener o.l. som er viktig for de som skal avslutte ungdomskolen, og av den grunn ble ikke mitt prosjekt prioritert. Det kan også være at terskelen for å ta kontakt med meg og delta på et intervju kan ha vært for stor, og at de ikke følte seg komfortable med å dele sine historier med meg. Det er flere faktorer som kan spille inn og gi en forklaring på at ingen ungdommer fra skolen tok kontakt med meg, men det viste seg at når jeg byttet strategi ble det langt enklere å finne respondenter, og disse var også veldig positive til å delta.

Planen min var også å ha seks respondenter, men siden to av dem jeg tok kontakt med ikke svarte på mine henvendelser, satt jeg igjen med fire. Jeg ble litt usikker på om det ville holde med fire respondenter for å gi meg svar på problemstillingen min, men i følge Jacobsen (2010) er det ikke antallet undersøkelsesenheter som er det sentrale i en kvalitativ undersøkelse, men om enhetene kan gi god og interessant informasjon i forhold til problemstillingen.

#### **4.4 Forberedelser til intervjuet**

I forkant av intervjuet hadde jeg sendt ut et informasjonsskriv som blant annet inneholdt undersøkelsens formål og tema, samt en opplysning om kravet til konfidensialitet, anonymitet, fritt samtykke og at de når som helst under undersøkelsen hadde mulighet til å trekke seg. Øverst på intervjuguiden satte jeg problemstillingen på undersøkelsen min for å gi respondentene et innblikk i hva undersøkelsen dreier seg om. Videre skrev jeg inn forskningsspørsmålene mine for å opplyse om hva jeg som forsker er interessert i å finne ut av

i denne undersøkelsen. Jeg skrev også en liten innledende brifing om hvordan spørsmålene er bygd opp og hvor jeg igjen opplyste at det er frivillig å delta, samt kontakt informasjon til meg hvis det skulle oppstå noen spørsmål.

### **Intervjuguide**

Kvale og Brinkmann (2009) skriver at en intervjuguide er et manus som har sitt formål å strukturere intervjuforløpet. Som beskrevet tidligere har jeg valgt en strukturert utforming av intervjuet og jeg har derfor brukt en intervjuguide (se vedlegg) som tar for seg spørsmål og temaer. For å få svar på min problemstilling ville jeg sammenligne intervjuene, og dette lot seg best gjøre hvis alle spørsmålene var like, og kom i samme rekkefølge. Å utarbeide en intervjuguide handler om at forskeren omformulerer undersøkelsens problemstilling slik at det danner seg konkrete temaer med underliggende spørsmål (Dalen, 2004). Med bakgrunn i den teoretiske delen av denne undersøkelse, hadde jeg på forhånd satt meg inn i temaet digital mobbing og av den grunn klarte jeg å formulere spørsmål som var relatert til problemstillingen.

Intervjuguiden ble presentert i det som kalles traktprinsippet (Kvale og Brinkmann, 2009). Jeg startet derfor med litt generelle spørsmål om digital mobbing for å slippe og gå rett på de personlige spørsmålene. Jeg synes også det var interessant å høre hva en ungdom som har blitt utsatt for digital mobbing mener om blant annet hvordan man kan redusere denne formen for mobbing. Siden de sitter med erfaringene, hadde jeg en tanke om at hadde et mer konkret syn på dette. Når de generelle spørsmålene var besvart, gjorde jeg som traktprinsippet sier, og bevegde meg over til de mer personlige spørsmålene. Jeg avsluttet spørsmålene med en liten debrifing hvor jeg gjorde spørsmålene ganske åpne, slik at respondentene stod fritt til å svare. Helt til slutt skrev jeg en liten tekst om hvordan veien videre i undersøkelsen kom til å utarte seg, og hva jeg kom til å gjøre med intervjuene deres.

Jeg delte intervjuet opp i fem temaer hvor det første temaet tok for seg to generelle spørsmål om digital mobbing. I tema to beveget jeg meg over på litt mer personlige spørsmål som omhandlet informantens opplevelse av å være utsatt for digital mobbing. Under dette temaet tok jeg også med et spørsmål som spurte om informanten kunne fortelle en mobbeepisode som han/hun husket spesielt godt. Dette gjorde jeg for og virkelig få et innblikk i informantens historie, noe som jeg også oppnådde, for episodene de gjenfortalte i intervjuet var sterkt å lese. I tema tre prøvde jeg å stille spørsmål som handlet om informantens selvfølelse, og om den har endret seg i noen grad på grunn av digital mobbing. Tema fire

beveget seg over på om mobbingen hadde ført til noen konsekvenser for informanten. Jeg stilte spørsmål som omhandlet konsekvenser i forhold til respondenten som person og konsekvenser i respondentens hverdag. Tema fire handlet om eventuelle tiltak som informanten selv satte i gang og hvordan disse tiltakene utartet seg videre.

### **Testintervju**

I forkant av intervjuene gjennomførte jeg et testintervju på en 19 år gammel jente som jeg kjenner godt. Hun har gjennom flere år skrevet en blogg, og fått tilsendt flere uhyggelige kommentarer på denne bloggen. Jeg tenkte at et testintervju på henne kunne passe godt i og med at hun visste en del om digital mobbing og hva det gjør med selvfølelsen. Før hun svarte på om hun ville delta på testintervjuet sendte jeg henne informasjonsskrivet slik at hun fikk mer informasjon om undersøkelsen. Hun sa seg villig til å gjennomføre testintervjuet, og jeg sendte henne deretter intervjuguiden, og mottok svarene fra henne dagen etter. Det var i denne rekkefølgen jeg tenkte å gjøre med de andre respondentene, og ville dermed teste ut dette. Jeg følte at hun svarte på spørsmålene i den retningen jeg i utgangspunktet hadde tenkt meg. Jeg måtte allikevel gjøre noen justeringer og omformulere noen av spørsmålene, da jeg så at samme svar kom på flere av spørsmålene. Jeg prøvde meg også på å stille noen oppfølgingsspørsmål i etterkant av intervjuet for å se hvordan hun gjennomførte det, i forhold til tid og engasjement. Det viste seg at hun svarte kjapt på de nye spørsmålene og hun utdypet også disse svarene godt, noe som gjorde at jeg fikk mye positivt ut av disse oppfølgingsspørsmålene. Ved å gjennomføre et testintervju gjorde jeg meg nyttige erfaringer med hvor viktig det er å formulere spørsmålene så presise som mulig. Jeg satt også med tanker om at det kunne ta tid fra jeg sendte spørsmålene til svarene kom, men i dette tilfellet var ikke det noen stor utfordring. Jeg fikk også positive erfaringer med å stille oppfølgingsspørsmål, noe jeg tok med meg videre i intervjuet med de andre respondentene.

### **4.5 Gjennomførelse av intervjuet**

Selve gjennomførelsen av intervjuet forløp seg over en lengre tidsperiode, noe som blir resultatet når man bruker e-postutveksling. Ved en ansikt til ansikt metode gjennomfører man intervjuet på begrenset tid, og kan si seg ferdig etter dette møtet, mens ved et databasert intervju, tar det ofte litt tid fra man sender spørsmålene, til svarene kommer tilbake. Dette medfører at selve intervjuet kan foregå over en lengre tidsperiode, i stedet for ved en enkelthendelse.



Jeg satt igjen med mye informasjon og positive tanker omkring valg av intervjumetode. Men ved en slik gjennomførelse fører det også med seg noen utfordringer og ulemper. Først og fremst har man ingen garanti for de man oppretter kontakt med, virkelig er dem de utgir seg for. Etter god tid med undersøkelser på bloggen deres før jeg kontaktet dem, og med flere mailutvekslinger, følte jeg meg trygg på at mine respondenter var ærlige med meg om hvem de var. Det er også mulig å miste mye av spontaniteten i intervjuet, ved at det kan ta lang tid fra spørsmålene blir sendt til svarene er tilbake. Dette ble blant annet gjeldene i min situasjon. Jeg satte en tidsfrist for å returnere svarene på intervjuet ved tre uker, hvor juleferien var inkludert. Etter disse tre ukene, hadde jeg allikevel ikke fått inn alle intervjuene, og jeg måtte etterspørre dem. Det kan også poengteres at de videre oppfølgingsspørsmålene jeg sendte ikke brukte like lang tid på sin retur til meg. Jeg fikk heller ikke mulighet til å treffe respondentene personlig, noe som førte til at jeg gikk glipp av muligheten til å observere respondentens kroppsspråk og ansiktsuttrykk i løpet av intervjuet. Ved å observere kroppsspråket til de man intervjuer, kan dette gi oss en indikasjon på om det de forteller stemmer. Kroppsspråket kan også fortelle noe om hvordan respondenten opplever intervjusituasjonen, noe som igjen kan spille en rolle for hvordan forskeren tolker og drøfter situasjonen. En annen utfordring ved bruk av databasert intervju, er den generelle sikkerheten omkring lagring av informasjon. Man får informasjon som ofte blir lagret på en datamaskin, men allikevel er det en mulighet for at datamaskinen kan bli ødelagt, eller at dokumentene blir slettet, og man har mistet all innsamlet informasjon. Det er også viktig å sikre seg om at spørsmål og henvendelser blir sendt til riktig mottar, slik at ikke viktige personopplysninger bli offisielt for andre, oppnår brudd på de etiske retningslinjene. Sjansen for å gjøre denne feilen er muligens større ved bruk av elektroniske hjelpemidler, enn hvis man hadde gjennomført intervjuet ansikt til ansikt, og bare hatt sine enge notater å forholde seg til. Ved å bruke e-post til å gjennomføre intervjuet, har man flere respondenter på mottaker listen sin, og det er viktig å holde orden på at riktig respondent får riktig informasjon, og spørsmål. I mitt tilfelle var jeg opptatt av å ha ordentlig orden på mailen min, hvor jeg opprettet en gruppe for hver respondent, noe som førte til mer systematikk i mailene, og jeg opplevde heller ingen utfordringer på dette området.

#### **4.6 Bearbeidelse av datamaterialet**

Alle intervjuene var ferdig gjennomført i begynnelsen av februar måned, og prosessen med å sortere og sammenligne intervjuene kunne starte. Jeg måtte velge hvordan jeg skulle analysere intervjuene slik at jeg kunne tolke dem på best mulig måte opp i mot problemstillingen min.

##### **Transkribering**

Kvale og Brinkmann (2009) skriver at en positiv side ved bruk av et datastøttet intervju, vil informasjonen man får transkribere seg selv. Den teksten man får er i utgangspunktet klar for analyse i det øyeblikket teksten er skrevet, noe som gjør arbeidet med transkriberingsprosessen enklere og mer effektiv. Å transkribere et intervju vil si at man oversetter fra talespråk til skriftspråk, man skifter fra en form til en annen (Kvale og Brinkmann, 2009). Siden jeg brukte en intervjuform hvor informantene selv skrev, ble denne transkriberingsprosessen enklere å gjennomføre. Det materialet jeg mottok av informantene var organisert i lik rekkefølge, og dermed ble det ikke så vanskelig å organisere teksten i en oversiktlig form. Jeg stilte alle informantene noen oppfølgingsspørsmål og disse måtte jeg bruke litt tid på å plassere inn i intervjuene deres. Ved å bruke et databasert intervju sparte jeg mye tid på å transkribere intervjuene, men jeg brukte allikevel god tid på å sende og motta oppfølgingsspørsmål og deretter organisere intervjuet på nytt, når alle spørsmålene var besvart.

##### **Analyse**

Når systematiseringen av intervjuene var gjennomført, ble neste steg i prosessen å organisere teksten i form av en analyse. Jacobsen (2010) beskriver to sentrale spørsmål som ofte dukker opp før man kommer i gang med analysen, og disse spørsmålene var også veldig sentrale i mine tanker når jeg skulle starte på analysen. Hvordan skulle jeg forstå og fortolke det som var blitt fortalt i intervjuene, og hvordan skulle jeg systematisere og ordne de data som framstod som svært uoversiktlig? Etter å ha undersøkt en del om kvalitativ analyse, fant jeg fram til en metode som jeg synes passet godt til min undersøkelse. Med bakgrunn i at hovedformålet med å foreta en analyseprosess, er å dele opp elementer og se disse i en større sammenheng, samtidig som om respondentenes helhetlige fortelling ligger til grunn gjennom hele analyseprosessen, fant jeg det hensiktsmessig å bruke en innholdsanalyse (Kvale og Brinkmann, 2009; Jacobsen, 2010).

Når intervjuene var gjennomført satt jeg igjen med mye data som jeg ønsket å forenkle og få en oversikt over. Ved å ta i bruk en innholdsanalyse lot dette seg gjøre ved at jeg kunne kategorisere dataene og plassere dem i større sammenhenger. En innholdsanalyse bygger på seks forskjellige faser hvor man startet på fase en og jobber seg trinnvis fram til fase seks (Jacobsen, 2010).

Fase en handler om å tematisere den teksten vi sitter igjen med etter intervjuprosessen. For å få til dette gikk jeg gjennom hvert enkelt intervju for å finne fram til de viktigste temaene som respondentene hadde tatt opp. Siden jeg hadde brukt en intervjuguide og alle intervjuene var likt utformet før jeg leverte de til respondentene, var dette en for så vidt grei jobb å gjennomføre. Men jeg gikk allikevel igjennom hvert intervju nøye for å se om det var noe respondentene hadde tatt opp som ikke helt kunne ha sammenheng med de avgrensede spørsmålene. Med intervjuguiden i bakhånd, dannet jeg ulike temaer på bakgrunn av intervjuene, men temaene ble mange og for meg virket det fortsatt veldig uoversiktlig. Jeg beveget meg derfor videre til å kategorisere de ulike temaene jeg satt igjen med, som også vil si at jeg gikk videre til fase to i innholdsanalysen. For å kunne danne relevante kategorier, kom intervjuguiden og de ulike temaene min godt med. Kategorisering handler om å forenkle kompliserte og detaljerte data, og man har mulighet til å forholde seg til et fåtall kategorier i stedet for en mengde med temaer senere i analyseprosessen (Jacobsen, 2010). De overordnede kategoriene som jeg kom fram til og som jeg også mente ville gi meg svar på problemstillingen min var: Digital mobbing generelt, mobbingens omfang, selvfølelse, og håndteringskompetanse. Disse vil bli nærmere forklart i presentasjonen av dataene i del fem. Fase tre i innholdsanalysen innebærer at man fyller kategoriene med innhold, gjerne med sitater fra intervjuet, noe som ble gjort i denne undersøkelsen. Jeg tok for meg en og en kategori, og fylte de ulike underkategoriene med sitater fra respondentene.

De resterende trinnene i innholdsanalysen omfatter telling av hvor ofte et tema blir tatt opp, noe som kan fremstilles i ulike tabeller og deretter sammenlignes. Dette fant jeg ikke relevant i min oppgave, med bakgrunn i at jeg har såpass få respondenter, og jeg fant det heller hensiktsmessig å drøfte de ulike sitatene som jeg plasserte innunder de forskjellige kategoriene.

#### **4.7 Bakgrunnsinformasjon om informantene**

Når jeg gikk igjennom alle intervjuene fant jeg fellestrekk og ulikheter mellom respondentenes opplevelser av digital mobbing. Det viste seg at alle respondentene opplevde flere former for mobbing, og at det ikke bare var den digitale mobbingen som dominerte. Samtlige av respondentene opplevde digital mobbing i form av uhyggelige kommentarer og alle beskriver hendelsene som skremmende og at de følte seg triste og ensomme. Alle respondentene prøvde å sette i gang tiltak for å stoppe mobbingen, enten om de prøvde selv eller at de fortalte det til familiemedlemmer som tok saken videre. Det viste seg å være mange fellestrekk mellom intervjuene, men det var også noen elementer hvor respondentene svarte ulikt. Mens respondent 3 sier at han ikke følte at mobbingen endret han som person, fordi han hele tiden hadde fokus på å heve seg over mobberne, svarer de resterende respondentene at mobbingen har endret dem som person. Det var også forskjell i hvilke digitale medier som respondentene ble mobbet gjennom. Samtlige konkluderer med at digital mobbing er en vond opplevelse og grunnen til at de deltok i intervjuet var for å spre sin historie i håp om å bidra til å sette digital mobbing i fokus og at dette kan reduseres med tiden.

**Respondent 1 →** Er en jente på 18 år som har blitt mobbet både på tradisjonelt vis og gjennom digitale medier. Den digitale mobbingen startet da hun var 10 år gammel og foregikk gjennom Facebook, MSN, online spill og SMS. Hun forteller at hun visste hvem noen av mobberne var, men det var også noen som framstilte seg anonymt og som hun ikke kunne gjenkjenne. Den digitale mobbingen gikk ut på å sende henne stygge kommentarer, hun ble utestengt fra ulike Facebook grupper og fikk få Facebook invitasjoner. Mobbingen fikk etter hvert sine konsekvenser, og hun nevner blant annet at det påvirket hvordan hun forholdt seg til andre mennesker. Hun satte selv i gang tiltak for å prøve å redusere mobbingen, ved blant annet å skifte skole og slette alle kontakter på sosiale medier. I dag har mobbingen avtatt helt og hun ser tilbake på den vonde tiden på noe som er over. Men de vonde tankene sitter fortsatt igjen og satt sine spor livet hennes, noe som også i dag kan føre til vanskelige perioder.

**Respondent 2 →** Er en jente på 18 år som ble mobbet fra 7.klasse og ut ungdomskolen. Mobbingen hun ble utsatt for var av typen digital og tradisjonell mobbing og det foregikk både på skolen og på fritiden. Sosiale medier som mobbingen ble utført gjennom var Facebook og Instagram, og mobbingen omhandlet hvordan jenta så ut, gikk kledd og hvordan hun var som person. Hun beskriver seg selv som en innesluttet, sint og redd person mens mobbingen foregikk. Hun var ofte veldig lei seg og fortalte etter hvert om mobbingen til foreldrene sine som igjen gikk videre med informasjonen til læreren. Læreren tok opp

situasjonen med de elevene det gjaldt og noe av mobbingen ble redusert mot slutten av ungdomskolen. Når jenta startet på videregående skole opplevde hun ingen form for mobbing.

**Respondent 3 →** Er en gutt på 18 år som har blitt mobbet fra han var ca. 13-14 år, som opplevde mobbing både på tradisjonelt vis og gjennom digitale medier. Mobbingen har blitt betraktelig redusert, men opplever fortsatt å få tilsendt noen uhyggelige kommentarer, men han skriver at dette er det lite av nå. Han ble mobbet gjennom sosiale og digitale medier i form av Formspring, Ask.fm, blogg og gjennom skjulte telefonsamtaler. Mobbingen ble utført ved at han ble trakassert og sett ned på, han ble baksnakket og fikk mye “hat” på bloggen sin. Han beskriver seg selv som ensom, trist og lei seg når mobbingen stod på som verst, men prøvde å fokusere på og ikke endre seg som person ved å gjøre så godt han kunne og overse mobberne. Mobbingen førte til at han ble mer forsiktig med å stole på andre mennesker. Han gjorde selv noen tiltak for å prøve å stoppe mobbingen, blant annet fortalte han det til familien og han la ut en film på sosiale medier om hva han selv mener om mobbing.

**Respondent 4 →** Er en jente på 18 år som har blitt digitalt mobbet fra hun startet på ungdomskolen og fram til hun begynte på videregående. Hun ble mobbet med stygge kommentarer på utseendet, utestenging fra jevnaldrende på sosiale medier, og dette foregikk for det meste gjennom Facebook, blogg og Instagram. Den digitale mobbingen førte til at hun også ble holdt utenfor og følte seg baksnakket på skolen. Jenta føler selv at mobbingen har endret henne som person, ved at hun var mer sosial før og hadde bedre selvtillit. Mobbingen har ført til at hun i dag er veldig usikker på seg selv, og er veldig redd for å gjøre noe galt som kan kommenteres i ettertid. Hun gjorde selv noen tiltak for å stoppe mobbingen, ved og bare å beholde de nærmeste venner og familie på Facebook og hun slettet bloggen sin. Hun tror at dette kan ha vært med på å få slutt på mobbingen, samtidig som om hun begynte på videregående skole, fikk nye venner og miljøforandring ble et faktum.

#### **4.8 Validitet og reliabilitet**

Som forsker for min undersøkelse bør jeg stille meg viktige spørsmål som omhandler validitet og reliabilitet knyttet til de resultatene jeg har kommet fram til. Er undersøkelsen min troverdige og pålitelige, og har resultatene gyldighet og relevans for andre enn bare de som jeg har undersøkt? Felles for alle undersøkelser som blir utført, er at de bør tilfredsstillende to krav; undersøkelsen må være gyldig og relevant (valid), pålitelig og troverdig (reliabel) (Jacobsen, 2005).

Med begrepene gyldighet og relevans ligger viktigheten i at vi faktisk måler det vi ønsker å måle. Det ligger også til grunn at det vi måler er relevant og gjelder for flere enn bare de få som deltok i undersøkelsen (Jacobsen, 2005). Det er flere måter å sjekke om undersøkelsen er valid på. En måte å gjøre dette på er ved en respondentvalidering hvor forskeren konfronterer respondentene med funnene som kom fram av undersøkelsen. Denne formen for validering ble benyttet i mitt tilfelle. Etter at jeg hadde gått igjennom hvert enkelt intervju, og plassert sitatene inn i analysedelen, plukket jeg ut enkelte sitater som respondentene hadde skrevet og lagde et lite sammendrag. Dette sammendraget sendte jeg tilbake til hver enkelt respondent, med et avsluttende spørsmål om de kjente seg igjen i beskrivelsen. I arbeidet med litteraturstudiet fant jeg frem til flere forskningsrapporter, som jeg senere kunne sammenligne med mine egne resultater. Å sammenligne sine egne konklusjoner mot andre fagfolk og annen teori og empiri fører til at gyldigheten blir styrket dersom konklusjonene er de samme (Jacobsen, 2010). Disse to formene for validering er med på å sikre den interne gyldigheten i undersøkelsen, man sjekker altså om resultatene og fenomenet er beskrevet og oppfattet på riktig måte.

Den eksterne gyldigheten dreier seg om i hvilken grad resultatene kan generaliseres fra de få respondentene som deltok i undersøkelsen, til en større gruppe. Det er viktig å poengtere at hensikten med en kvalitativ undersøkelse hovedsakelig ikke er å generalisere til en større populasjon, men har som formål å forstå og utdype begreper og fenomener (Jacobsen, 2010). I dette tilfellet var heller ikke målet å skulle generalisere resultatene med en større populasjon med tanke på at jeg hadde såpass få respondenter. Mine forskerspørsmål er heller ikke formulert på en slik måte at det er meningen å generalisere etter at informasjonen er innhentet. Det er allikevel mulig å kunne argumentere sterkt for at et funn kan generaliseres, men det kan ikke bevises. Dette kan la seg gjøre hvis for eksempel et synspunkt gjør seg gjeldene hos flere av respondentene. I min undersøkelse hadde flere av respondentene samme meninger om flere av spørsmålene i intervjuet, og jeg har grunn til å argumentere for at de synspunktene de uttrykker, gjelder for flere enn bare de fire respondentene i min undersøkelse, men jeg kan ikke bevise det.

Er resultatene mine pålitelige? Det er flere faktorer som kan være med på å påvirke resultatene av undersøkelsen. Innledningsvis i denne masteroppgaven, beskrev jeg min forforståelse av problematikken som denne oppgaven tar for seg. Jeg beskrev mine generelle tanker omkring digital mobbing, og hvordan jeg trodde at mobbingen påvirket de som ble utsatt for det. Vår egen forforståelse er preget av våre forventinger, oppfatninger og teoretisk

bakgrunn. Thagaard (2011) skriver at forståelsen av de data som utvikles underveis i forskningsprosessen må sees i sammenheng med forskerens forforståelse av prosjektet. De erfaringene jeg har som daglig bruker av digitale og sosiale medier og tidligere ungdomsskolejente, kan ha vært med på å påvirke min tilnærming til temaene og intervjuprosessen som er gjennomført i denne oppgaven. To andre faktorer som kan ha latt seg påvirke, er teoribakgrunn og min utdanning som barnevernspedagog. Forskeren bør i størst grad fokusere på respondentenes uttalelser og meningene som ligger til grunn i disse, og se bort i fra sin egen forforståelse så langt det lar seg gjøre. Det er derimot vanskelig å skyve bort all form for forforståelse, og derfor er viktigheten av at forskeren er bevisst på sine holdninger, forventinger og bakgrunn stor. Med en slik bevissthet fra forskerens side, åpner det opp for en åpen holdning til respondentenes uttalelser i forhold til opplevelser og erfaringer. (Kvale og Brinkmann, 2009). Konteksteffekten knytter seg til hvilken sammenheng informasjonen blir samlet inn i, altså i hvilken grad intervjusituasjonen er vanlig eller uvanlig for de som intervjues (Jacobsen, 2010). Jeg gjorde flere tiltak for å gjøre intervjusituasjonen så komfortabel som mulig for respondentene. Jeg gjorde det blant annet valgfritt og om hvordan intervjuet skulle gjennomføres, slik at de eventuelt ikke skulle bli “skremt” ved tanken av å møte meg og dele sine innerste historier med en fremmed person. Alle respondentene ville ta intervjuet gjennom e-post, noe som ga dem mulighet til og selv velge sine omgivelser når intervjuet skulle besvares. For å unngå en stressende situasjon rundt intervjuet, ga jeg dem to uker på å gjøre seg ferdig med alle spørsmålene. Ved å gi dem såpass god tid, åpnet jeg også opp for en tidsperiode hvor de hadde mulighet til å tenke gjennom og reflektere rundt spørsmålene mine.

Begrepsgyldighet er også viktig, i den grad at respondentene får frem den “riktige” forståelse av de ulike begrepene som intervjuet bygger på (Jacobsen, 2005). De tiltakene jeg gjorde for å bevare begrepsgyldigheten i størst mulig grad, var å informere respondentene om hvordan digital mobbing og selvfølelse kan defineres i informasjonsskrivet jeg sendte ut før de gjennomførte intervjuet. Det ga meg en trygghet for at jeg og respondentene hadde samme oppfattelse av begrepene.

Intern gyldighet, ekstern gyldighet, pålitelighet (reliabilitet) og begrepsgyldighet danner til sammen det som kan kalles undersøkelsens totale gyldighet (Jacobsen, 2005).

#### **4.9 Etiske refleksjoner**

Når man skal gjennomføre en undersøkelse, går man ofte over i et privat område for respondentene, og det er viktig å ha god oversikt over de etiske retningslinjene som må overholdes i en slik undersøkelse. Jeg skal trekke fram de etiske retningslinjene som har blitt brukt i denne undersøkelsen og som er mest relevant med tanke på hensyn til respondentene.

##### **Informert samtykke**

Til grunn for informert samtykke ligger forutsetningen om at informantene skal delta frivillig i undersøkelsen og at de blir opplyst om alle farer og gevinster som undersøkelsen fører med seg. Kvale og Brinkmann definerer informert samtykke slik: “Informert samtykke foreligger når forskningsdeltakerne orienteres om det overordnede formål med og design av en undersøkelse og frivillig går med på å delta i undersøkelsen” (2009, s.323). Innenfor informert samtykke ligger kravene om kompetanse til å delta, frivillighet, full informasjon og forståelse av informasjon (Jacobsen, 2010).

For å oppfylle kravet om informert samtykke i undersøkelsen min, gjorde jeg noen konkrete tiltak. I den første meldingen la jeg kort fram hovedelementene i undersøkelsen og et spørsmål om de ville delta. Ved en slik formulering og et spørsmål om deltakelse stod respondentene fritt til å velge om de ville takke ja eller nei. Videre sendte jeg ut informasjonsskrivet hvor jeg presenterte formålet med undersøkelse, hvordan det skulle gjennomføres, frivilligheten til å delta og muligheten til å trekke seg når som helst under prosessen. Jeg oppga også kontakt informasjon til meg hvis det var eventuelle spørsmål, og om noe var uklart, for å forsikre meg at respondentene forstod innholdet i undersøkelsen. Jeg la også ved en slipp i informasjonsskrivet hvor respondentene skrev under sin signatur for godkjent deltakelse i undersøkelsen. På hjemmesiden til Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste (NSD) står det beskrevet at barn over 15 år kan samtykke selv uten foreldres godkjenning. Siden alle mine respondenter var over denne aldersgrensen holdt det med deres egen signatur. Ved å utarbeide et slikt informasjonsskriv følte jeg at jeg oppnådde kravene som gjaldt informert samtykke.



## **Konfidensialitet**

Kravet til konfidensialitet er også sentralt under de etiske retningslinjene og omhandler at forskeren garanterer at personopplysninger ikke blir spredt. Kvale og Brinkmann definerer begrepet slik: “Den implikasjon at private data som kan identifisere intervjupersonen, ikke blir rapportert” (2009, s. 324). I min rolle som forsker ville det være svært viktig at jeg hadde tatt alle forhåndsregler i forhold til å oppfylle kravet til konfidensialitet, slik at det på noen som helst måte ikke ville være mulig å identifisere respondentene mine.

Før jeg satte i gang med intervjuene så fant jeg det hensiktsmessig å søke NSD for godkjenning til å gjennomføre undersøkelsen. Dette på bakgrunn av at jeg skulle bruke datamaskin og Internett til å gjennomføre intervjuene. NSD sine retningslinjer sier at man skal søke konsesjon dersom prosjektet inneholder personopplysninger. Personopplysninger vil si en opplysning som kan knyttes tilbake til personen og i dette tilfellet gjaldt dette bruk av e-post (Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste, “u.å.”). Meldeskjema ble sendt til NSD 17. november 2014 og jeg mottok godkjenningen 04. desember 2014 (se vedlegg). For og videre å oppfylle kravet om konfidensialitet gjennom undersøkelsen min, valgte jeg bevisst å unnlate konkrete detaljer som kunne være gjenkjennbare. Jeg byttet ut de korrekte navnene med respondent 1, respondent 2 osv. og jeg hadde kravet om konfidensialitet med meg når jeg fremstilte resultatene av forskningen min, slik at jeg ikke gjenfortalte hendelser som kunne kjennes igjen. Alt av dokumentasjon og datamateriale som fremgår i denne undersøkelsen er oppbevart på et sikkert sted under prosessen. Når undersøkelsen er ferdig og sensur av oppgaven foreligger, vil alt av materiale som kan tilknyttes respondentene slettet fra datamaskin og e-post. Jeg hevder at alle personopplysninger i denne undersøkelsen har blitt behandlet konfidensielt og anonymt.

## **Unngå skade**

Et etisk dilemma som kan dukke opp under en undersøkelse, er at man som forsker kan komme i skade for å krenke dem man undersøker. Som forsker har man et ansvar for at de som undersøkes ikke blir utsatt for alvorlige belastninger ved å delta i undersøkelsen (Nasjonale forskningsetiske komité, 2006). For meg var det viktig at jeg tok hensyn til dette gjennom intervjuprosessen med tanke på at temaet jeg intervjuet om, var svært personlig og sårbart, og muligheten for en eventuell psykisk belastning var til stedet. Alle informantene ble derfor spurt i debrifingen av intervjuet hvordan de synes det var å bli intervjuet om et såpass personlig tema. Jeg ba respondentene kontakte meg i ettertid hvis det skulle dukke opp noe de

ville tilføye intervjuet eller hvis det dukket opp noe annet de ville ta opp med meg. På denne måten gjorde jeg meg tilgjengelig til å bistå, hvis det skulle være behov for det. Alle respondentene ga uttrykk for at det gikk helt fint å la seg intervjuet og de var alle positive til å kunne dele sine historier.

#### **4.10 Litteratursøk**

Gjennomførelse av et litteraturstudie var noe av det første jeg gjorde i prosessen med å utarbeide denne masteroppgaven. Når førsteutkastet til problemstillingen var klar, startet arbeidet med å innhente relevant informasjon om temaet for min masteroppgave. For å få et godt bilde av en situasjon, er man avhengig av flere kilder som kan balansere hverandre. Ut i fra min problemstilling var det tre begreper som stilte seg sentralt; digital mobbing, selvfølelsen og håndteringskompetanse. Databasene som ble benyttet var Google, Google Scholar, Idunn og Oria. Jeg benyttet meg også av Norges største nettaviser som VG, Dagbladet og Nettavisen, hvor jeg søkte på digital mobbing i deres søkefelt, og fikk frem artikler som deres journalister hadde skrevet. Blogg.no ble også benyttet for å innhente informasjon om digital mobbing, og for å komme i kontakt med mulige respondenter. Begreper og søkeord som ble benyttet i størst grad gjennom litteraturstudiet var digital mobbing, nettmobbing, netthets, konsekvenser av digital mobbing, selvfølelse, lav selvfølelse, håndteringskompetanse og digital kompetanse. Jeg måtte også benytte meg av engelsk litteratur og oversatte begrepene digital mobbing og selvfølelse til engelsk; cyber bullying og self-esteem. I denne oppgaven har jeg valgt og både bruke en engelsk definisjon av cyber bullying, definert av Peter K. Smith mfl., og en norsk definisjon av digital mobbing definert, av Øystein Samnøen. I forhold til begrepet selvfølelse har jeg brukt Guro Øiestad som hovedkilde til å belyse begrepet. Definisjonen av begrepet håndteringskompetanse, og videre beskrivelse av begrepet har jeg hentet fra Elisabeth Staksrud sin bok om digital mobbing. Teori i forhold den metodiske tilnærmingen som er anvendt i oppgaven, er hentet fra forfattere som Dag Ingvar Jacobsen og boken “Forståelse, beskrivelse og forklaring”, Tove Thagaard og boken “Systematikk og innlevelse”, og Steinar Kvale og Svend Brinkmann med boken “Det kvalitative forskningsintervjuet”.

## 5 PRESENTASJON AV RESULTATENE

Min problemstilling omhandler spørsmål som omfatter ungdommenes egne tanker, følelser, opplevelser og holdninger til digital mobbing. Min interesse har vært å få et innblikk i deres livsverden, ut i fra hvordan ungdommene selv kan forklare sine opplevelser. Følgende problemstilling er gjeldene for denne oppgaven: ***Hvordan opplever ungdom å bli utsatt for digital mobbing, og hvordan påvirker digital mobbing ungdommers selvfølelse?*** Med hjelp av en innholdsanalyse skal jeg forenkle og presentere de resultatene som kom fram fra intervjuene. Relevansen i den kategoriske inndelingen bygger først og fremst på problemstillingen og forskerspørsmålene. Knyttet til forskerspørsmålet om hva digital mobbing innebærer har jeg først og fremst brukt kategorien ***digital mobbing generelt og mobbingens omfang***. Jeg vil også poengtere at de andre kategoriene også er relevante for å belyse dette forskerspørsmålet. Det andre forskerspørsmålet dreier seg om hvordan den digitale mobbingen påvirker ungdommens tanker om seg selv, og jeg har knyttet kategorien ***selvfølelse*** opp i mot dette spørsmålet. Den fjerde kategorien handler om ***håndteringskompetanse***, og er knyttet opp til det siste forskerspørsmålet, hvordan ungdommene mestrer den digitale mobbingen. Kategoriene blir fylt med sitater fra respondentene og jeg vil også trekke frem at sitatene er direkte sitert og at skrivefeil kan forekomme.

### 5.1 Digital mobbing generelt

Begrepet digital mobbing ble beskrevet i teoridelen og ulike definisjoner ble fremstilt. Jeg spurte allikevel respondentene hva de legger i begrepet digital mobbing for å se hva hver respondent forbinder med temaet. Dette gjorde jeg også for å se om det var noen forskjeller fra hva respondentene svarte og hva fagfolk har uttrykt om digital mobbing. Dette viste seg å ha en klar sammenheng. Med erfaring fra å være utsatt for denne formen for mobbing, hadde jeg en tanke om at respondentene hadde en mening om hvordan man kan redusere mobbingen. Det viste seg at respondentene synes at det var vanskelig å svare på dette spørsmålet, men respondent 1 hadde et reflektert svar. Gjennom dette spørsmålet fikk jeg en oppfatning om at respondentene hadde en forståelse av at digital mobbing er en omfattende prosess og at heller ikke de som har erfart mobbingen selv, hadde en enkel løsning på problemet.

### 5.1.1 Begrepets mening

De svarene som kom fram på spørsmål om respondentenes oppfattelse av begrepet digital mobbing var ganske like. De trekker blant annet fram mobbing gjennom digitale medier, skjult mobbing, sårede meldinger, anonyme mobbere og synlig for veldig mange. Svarene fra respondentene har mye til felles med hvordan Samnøen (2014) definerer digital mobbing. Han trekker frem fiendtlig kommunikasjon i form av aggressive meldinger med hensikt å påføre ubehag.

***Respondent 2:** Det jeg tenker på når jeg hører begrepet digital mobbing er at mobbingen skjer over Internett. Og de som utfører mobbingen ikke er tøff eller modig nok til å si det rett ut til personen.*

***Respondent 4:** Stygge kommentarer og meldinger som er sendt gjennom digitale medier, og mobbingen skjer blant annet på sosiale medier, spill, tlf.*

Respondentene trekker fram kjennetegn ved digital mobbing som blant annet anonymitet og tilgjengelighet for andre. Staksrud (2013) skriver at mobbingen kan skje i all offentlighet og til en hver tid, og at gjennom digital medier kan mobberen tiltre som anonym, noe som er med på å gjøre offeret mer sårbar. Respondentenes tanker samsvarer med det Staksrud beskriver:

***Respondent 4:** Jeg tenker at digital mobbing er en veldig ubehagelig måte å bli mobbet på, fordi man ofte ikke vet hvem mobberne er, siden de har mulighet til å være anonyme.*

***Respondent 1:** Det er forholdsvis en ganske alvorlig form for mobbing, nettopp fordi det meste på internett er tilgjengelig for utrolig mange.*

### 5.1.2 Redusering av digital mobbing

Digital mobbing er en omfattende form for mobbing, og det er ikke enkelt å få en stopper på dette fenomenet. Anonyme mobbere er kanskje det som gjør det vanskeligst å få stoppet mobbingen. Man vet ikke hvem som står bak og av den grunn kan det virke som om terskelen for å mobbe blir lavere. Respondentene sitter med erfaringen og jeg spurte derfor etter deres mening omkring redusering av digital mobbing, og respondent 1 ga et reflektert svar på dette.

**Respondent 1:** Digital mobbing er en ganske omfattende prosess. Det viktigste er forebyggende arbeid. Ungdommer må ha tilstrekkelig kunnskap om hva som er greit og hva som er galt å legge ut på Internett. I tillegg har foreldre/foresatte en stor rolle når det kommer til å være bevisst på hva barna deres egentlig gjør på Internett. Kanskje kan et forebyggende tiltak være å sette seg ned i hverdagen og prate med barna om hva de egentlig holder på med på Internett. Undervisningsprogram for barn- og ungdom om mobbing er også et viktig tiltak. Videre er det også viktig å formidle til barn/ungdom at de må si ifra om de skulle oppleve denne formen for mobbing.

De resterende respondentene ga uttrykk for at dette var noe de hadde tenkt mye på, men at det var vanskelig å komme med konkrete tiltak. Bakgrunnen for dette, var at de opplevde digital mobbing som veldig omfattende og synes det var vanskelig å se for seg hva som kan føre til en reduisering.

Avslutningsvis i intervjuet spurte jeg respondentene om de hadde noen tanker omkring hvorfor de ville delta i undersøkelsen. Disse tankene knyttet de oppimot kampen om å bekjempe digital mobbing. Det viste seg at åpenhet rundt mobbingen var til hjelp for respondentene selv og de hadde en tanke om å delta for å dele sin historie i håp om å redusere digital mobbing.

**Respondent 4:** Jeg ville delta på denne undersøkelsen fordi jeg hadde lyst til å dele min historie. For at man skal klare å redusere mobbingen, tror jeg det er viktig at de som sitter med erfaringen er med på å hjelpe i dette arbeidet.

**Respondent 1:** For meg har åpenhet rundt et så personlig tema gjort at jeg selv kan legge det mer bak meg. For meg et det å stille opp i en slik undersøkelse med på å komme nærmere kampen mot mobbing.

Ved å ta med slike generelle spørsmål omkring digital mobbing, fikk jeg mulighet til å se om respondentene hadde samme oppfatning av begrepet som meg, og andre forskere. Jeg tok også med spørsmålene for å sjekke om det kom fram andre meninger om begrepet, som jeg ikke hadde hørt eller lest om tidligere. Det viste seg at respondentenes oppfatning av digital mobbing hadde mye til felles med det jeg hadde lest meg fram til gjennom andre forskeres definisjoner.

## 5.2 Mobbingens omfang

Etter å ha fått et inntrykk av informantenes forståelse av begrepet digital mobbing, gikk jeg over til å spørre om deres individuelle erfaringer og opplevelser. Hvordan det virkelig oppleves å bli utsatt for digital mobbing vet de som sitter med erfaringen best. De har følt det på kroppen, og mine respondenter ga klart uttrykk for hvordan det føles.

**Respondent 3:** *Det er noe av det verst jeg har opplevd. Ingen fortjener å bli trakassert eller bli sett ned på. Alle burde tenke seg om før man mobber noen.*

**Respondent 1:** *Digital mobbing er en helt annen opplevelse enn andre mobbemetoder. Det blir straks mer alvorlig og det er vanskeligere å glemme det ettersom det vil kunne ligge på internett i lang tid.*

Videre vil denne kategorien ta for seg individuelle erfaringer for og belyse forskerspørsmålet om hva digital mobbing innebærer. Disse erfaringene vil i størst grad fokusere på mobbingens form, de individuelle erfaringene i forhold til mobberne og hvordan skoledagene opplevdes når mobbingen var på verste.

### 5.2.1 Form og varighet

Som jeg beskrev i teorikapittelet ligger Facebook på toppen som det mest brukte sosiale mediet blant ungdom, og tre av respondentene som deltok i undersøkelsen min oppgir at nettopp Facebook er ett av stedene som de ble mobbet gjennom. En respondent nevner mobbing gjennom Ask fm og formspring, som er sosiale medier hvor man sender anonyme spørsmål og meldinger til brukere av mediet. Andre sosiale medier som blir nevnt er blant annet Instagram, SMS og MSN i tillegg til Facebook. Staksrud (2013) trekker fram digital isolasjon som en form for digital mobbing, hvor utestengning fra det sosiale fellesskapet på sosiale medier er tilfelle. Respondent 4 forteller at hun har opplevd digital isolasjon flere ganger, og på forskjellige måter.

**Respondent 4:** *Det var en gang noen jenter i klassen opprettet en Facebook gruppe hvor de inviterte til jentefest med alle jentene i klassen. Alle fikk invitasjon på Facebook utenom meg, og jeg vet at det var planlagt. Det var mange ganger jeg har blitt holdt utenfor felles grupper, jeg pleide heller ikke få så mange likes eller kommentarer på ting jeg la ut. Det virket som om folk bare overså meg og bevisst holdt meg utenfor.*

Roland (2014) skriver at hensikten til mobberne er å få fram en provokasjon fra offeret, og ved å kommentere offerets utseende i negativ forstand blir dette ofte tilfelle. Samtlige av respondentene trekker flere ganger fram i løpet av intervjuet at de har fått tilsendt stygge kommentarer på ulike sosiale medier. Kommentarene har veldig ofte vært anonyme, og rettet seg mot respondentens utseende.

**Respondent 2:** *Mobberne prøvde å få med seg så mange som mulig, og de sendte meg kjipe kommentarer på hvordan jeg gikk kledd, og på hvordan den måten jeg var meg selv på.*

**Respondent 1:** *Det var gjennom Chat tjenesten MSN, under en samtale at en jeg egentlig så på som en venn begynte å mobbe meg for hvordan jeg så ut. Jeg ble utsatt for spydige kommentarer om hvor stygg, feit og ekkel jeg var, og hvor stygge klær jeg hadde.*

**Respondent 4:** *Jeg fikk uhyggelige kommentarer på bloggen, som jeg ikke visste hvem som hadde skrevet. Kommentarene inneholdt negative tilbakemeldinger på det jeg hadde skrevet og rettet seg mot hvordan jeg så ut. Jeg fikk også stygge kommentarer på Instagram, men dette skjedde ikke så ofte på Facebook. Der var det mest personlige meldinger som ble sendt til meg, som ikke var synlig for alle, og så var det en del utestenging. De turte kanskje ikke å skrive så mye stygt til meg her, siden de visste at foreldrene mine og annen familie var på Facebook.*

I tillegg til at mobbingen retter seg mot utseende forteller respondent 4 om forskjell i mobbingen, avhengig av hvilke sosiale medier som ble brukt. Hun tenker at en av grunnene til at stygge meldinger ikke ble publisert offentlig på Facebook var for at mobberne var redde for at foreldrene hennes skulle se det. Derimot opplevde hun utestengning av grupper, lite “likes” og personlige meldinger i stedet.

På spørsmål om de husker første gangen de ble mobbet, ga svarene fra tre av respondentene en indikasjon på at det var vanskelig å huske tilbake til. Respondent 4 derimot husket godt den en av de første gangene det kom en uhyggelig kommentar på et av blogginnleggene hennes. Hun forteller om en kommentar som dreide seg om håret hennes og som var ment å være morsom. Kommentaren var fra en venninne, så hun ble veldig overrasket. Etter denne hendelsen fortsatte kommentarene å strømme på hver gang hun la ut et innlegg på bloggen sin.

**Respondent 4:** *Jeg husker faktisk den episoden hvor mobbingen startet. Jeg hadde lagt ut et innlegg på bloggen med et bilde av meg selv som lagde mat. Etter en stund kom det en kommentar fra en venninne av meg, som var ment å være morsom, hvor hun kommenterte at håret mitt var så fett og at det kanskje hadde sammenheng med all den usunne maten jeg lagde meg hele tiden. Kommentaren var jo bare tulle og hadde ingen mening, men folk hang seg på i kommentarfeltet og jeg ble veldig overasket. Venninnen min ba om unnskyldning etterpå, når hun så at flere begynte å kommentere meg negativt, men det har vist seg at hun var med på mobbingen i skjul i mange år siden den gang. Etter denne gangen fortsatte mobbingen og utvikle seg.*

O`Moore og Minton, (2009) sier at over to tredjedeler av ofrene for digital mobbing også blir utsatt for tradisjonell mobbing, noe som var tilfelle hos alle mine respondenter. De opplevde både tradisjonell mobbing og digital mobbing på skolen og på fritiden. Respondent 1 og 4 sier noe om forskjellen mellom disse to formene.

**Respondent 1:** *Jeg som har opplevd digital mobbing i tillegg til andre former for mobbing, synes digital mobbing er hakket verre ettersom igjennom digitale medier så blir spydige kommentarer mer planlagt og dermed kan de bli mer sårende.*

**Respondent 4:** *Mobbingen skjedde både på skolen og fritiden. På fritiden foregikk den for det meste på Internett, og når jeg kom på skolen fortsatte mobbingen. Da følte jeg hele tiden at de baksnakket meg og brått kunne de kommentere det som hadde skjedd på Internett dagen før. Jeg følte at uansett hvor jeg var eller hva jeg gjorde til enhver tid, så ble jeg overvåket og kommentert.*

Nasjonale undersøkelser viser at digital mobbing foregår mest i ungdomsskolealder og samtlige av respondentene forteller at mobbingen var verst på ungdomskolen. Det varierer litt mellom respondentene når mobbingen startet, en oppgir siste året på barneskolen, en sier at mobbingen startet i en alder av 10 år og to sier at det startet i begynnelsen av ungdomskolen. Alle respondentene sier at mobbingen sluttet eller ble sterkt redusert når de sluttet på ungdomskolen og startet på en ny videregående skole. Grunnen til det, var både en miljøforandring, og ulike tiltak som ble satt i gang.



### 5.2.2 Forholdet til mobberne

Respondentene forteller også litt om opplevelsene de hadde rundt mobberne. De sier at de visste hvem noen av mobberne var og at mange av dem gikk på samme skole, noe som medførte at mobber og offer så hverandre daglig.

**Respondent 4:** *Jeg visste hvem noen av mobberne var, men siden det var lett å være anonym, var jeg ofte usikker på hvem de var. Noen ganger fristet det faktisk å skrive noe stygt tilbake, for jeg visste nøyaktig hva jeg skulle skrive, men jeg turte ikke. Jeg var redd det bare ville slå tilbake på meg. Og etter hvert tenkte jeg at jeg ikke ville synke like lavt som dem, men at jeg ville være bedre enn dem. Så jeg lot være.*

**Respondent 1:** *De som mobbet meg ved hjelp av digitale medier var både de samme som mobbet meg ellers, men også helt ukjente mennesker som på en eller annen måte visste hvem jeg var. Jeg ville aldri ta igjen med mobberne fordi jeg ikke ønsket at noen skulle føle den smerten som jeg selv følte.*

**Respondent 2:** *Jeg hadde kjempe lyst til å ta igjen med mobberne, men tenkte at jeg bare fikk det mye verre om jeg gjorde, så jeg gjorde det ikke.*

Det kommer tydelig fram fra noen av respondentene at fristelsen til å ta igjen med mobberne var stor, men redselen for å forverre mobbesituasjonen viste seg å være størst.

### 5.2.3 Skolehverdagen

Når man blir utsatt for mobbing både på skolen og på fritiden som mine respondenter har opplevd, påvirker dette konsentrasjonen i skolehverdagen. Det blir vanskelig å holde fokus på det som er relevant, fordi bekymringene ovenfor mobbingen tar overhånd. Respondentene har svart litt forskjellig i forhold til om mobbingen har påvirket fokuset omkring skolearbeidet. De trekker frem tunge, lange og vanskelige skoledager og at mobbingen påvirket skoleresultatene.

**Respondent 1:** *Mens jeg ble mobbet ble skolehverdagene vanskelige. Jeg trivdes ikke i det hele tatt, og skolen var et sted jeg egentlig ikke ønsket å være.*

**Respondent 2:** *Jeg opplevde skolehverdagene som veldig tunge. Skoledagene ble så lange og da jeg kom hjem, klarte jeg liksom ikke å få gjort noen ting. Tankene var ikke der de skulle være når jeg skulle gjøre lekser.*

Respondent 1 og 2 forteller her at dagene på skolen ikke var enkle mens mobbingen foregikk. Fremføringer foran klassen var også en stor utfordring og både respondent 2 og 4 nevner at dette var noe av det verste de visste å gjøre.

**Respondent 2:** *Hver gang det var min tur til å ha en fremføring i klassen sa jeg at jeg var syk den dagen. Jeg bare orket ikke at de skulle mobbe meg, for jeg visste at det kom kommentarer fra andre i klassen når jeg var ferdig. Eller så stilte de meg spørsmål som de visste at jeg ikke klarte å svare på.*

**Respondent 4:** *Jeg hatet når jeg måtte si noe høyt i klassen eller hvis jeg måtte ha en fremføring. Det var rett og slett det verste jeg visste om. Det var flere ganger jeg stod oppe med tavla og holdt et fremlegg og da tok mobberne bilde av meg uten at læreren så det og la det ut på Instagram med en " morsom " kommentar til.*

Jeg stilte også spørsmål om mobbingen påvirket skoleprestasjonen, og her svarer respondent 1 at skoleprestasjonene ble dårligere under mobbingen, mens respondent 4 forteller at hun klarte å henge med skolemessig, fordi hun var så mye alene og brukte tiden på å lese i skolebøker.

**Respondent 1:** *Mobbingen gjorde at skoleprestasjonene ble dårligere. Det var vanskeligere å konsentrere seg og tankene var ofte et helt annet sted enn i undervisningen.*

**Respondent 4:** *Jeg klarte å få gode karakterer fordi jeg brukte mye tid på skolearbeid når jeg var så mye alene hjemme. Jeg klarte ikke alltid å ha fokus på hva læreren underviste i på skolen, for da var ofte tankene et helt annet sted. Men når jeg var hjemme var det lettere å gjøre lekser. Men også her var det litt vanskelig å ha fokus på leksene over lengre tid. Brått pep det i telefonen, og da var tankene fort et annet sted.*

Respondent 4 forteller at fokuset ikke alltid var på riktig plass på skolen, fordi det var mye annet som forstyrret henne. Hun bekymret seg for mobberne som satt rundt henne, og synes derfor det var vanskelig å følge med. Siden hun var mye alene hadde hun også tid til å lese lekser, men kunne brått bli avbrutt av meldinger som kom inn på mobilen. Da var fokuset på leksene brått borte.

Gjennom denne kategorien som omhandler respondentenes erfaringer omkring mobbingen de ble utsatt for, får man konkrete eksempler på hva digital mobbing innebærer. Alle sier noe om tidsperioden for mobbingen, og trekker frem at ungdomskolen var den verste tiden, noe som også samsvarer med forskningsrapportene som har blitt presentert i kapittel 3. Respondentene gir også beskrivelser av ulike former for mobbing som de har opplevd, og hvilke digitale medier som ble brukt hyppigst. Det var sosiale medier som utpekte seg i størst grad, men også mobiltelefonen ble brukt til tider. Det er var litt forskjellige meninger om tankene omkring hevn til mobberne. Flere av respondentene ønsket at mobberne skulle få oppleve sin egen smerte, mens tankene til respondent 1 skilte seg ut. Hun ønsket ingen så vondt som hun selv hadde det. Respondentene hadde også individuelle erfaringer i forhold til skolehverdagen, men felles for alle var at de opplevde dem som utfordrende. Ved å belyse kategorien om mobbingens omfang fikk jeg presise fremstillinger og eksempler på hva det innebærer å bli utsatt for digital mobbing.

### **5.3 Selvfølelsen**

Øiestad (2011) sier at selvfølelsen handler om den følelsen man har av seg selv på innsiden. Min forforståelse var preget av at digital mobbing påvirker offerets indre følelser og at dette ga konsekvenser for hvordan man presenterer seg utad. Denne kategorien er knyttet oppimot spørsmålet om den digitale mobbingen har påvirket ungdommenes tanker omkring seg selv, og i eventuelt hvilken grad. Ut i fra intervjuene kommer det tydelig frem at mobbingen har påvirket hvordan ungdommene ser på seg selv, og indre følelser som ensomhet og usikkerhet var med på å påvirke denne følelsesmessige endringen.

#### **5.3.1 Personlig endringer og følelser**

For å finne ut om selvfølelsen har vært i endring så jeg det hensiktsmessig å stille spørsmål om respondentenes selvtanker før mobbingen inntraff. De hadde alle klare tanker om hvordan de var som person før mobbingen inntraff.

**Respondent 4:** *Jeg husker meg selv som en glad jente på barneskolen, som likte å leke med alle sammen. Jeg var med på det meste av sosiale aktiviteter og fritiden min var alltid fylt opp.*

**Respondent 1:** *Før mobbingen startet var jeg en veldig livlig, og glad jente. Jeg hadde ikke noe hatforhold til meg selv, og selvtilliten var betydelig bedre før mobbingen.*

Her trekker respondent 1 fram begrepet selvtillit, som handler om den verdien og troen man tillegger seg selv. Hun skriver at selvtilliten var bedre før mobbingen startet, noe som indikerer at troen hun hadde på seg selv ble påvirket av mobbingen i negativ grad.

Forskning fra Hinduja & Patchin (2010) viser at digital mobbing påvirker offerets selvfølelse. Respondentene trekker fram begreper som usikker, innesluttet, nærtaken, følsom og trist, hvor alle begrepene ble presentert i negativ forstand, og som kan sees i sammenheng med lav selvfølelse. Både respondent 1 og 4 beskrev seg selv hvordan de var som person før mobbingen startet, og jeg trekker fram hvordan de samme respondentene så på seg selv som person mens mobbingen foregikk.

**Respondent 4:** *Jeg ble så usikker på alt og alle. Det føltes som om selvfølelsen min sank rett ned, og jeg følte meg så lite verdt. Jeg visste liksom ikke hvem jeg kunne stole på lenger. Alt jeg ble fortalt tok jeg til meg og følelsene tok rett og slett overhånd. Jeg klarte ikke å styre dem lenger, så jeg ble både sint og lei meg av bare en liten ting.*

**Respondent 1:** *Mens mobbingen foregikk var jeg en veldig forsiktig og følsom person. Jeg ble mer og mer brutt ned. Selvfølelsen og selvtilliten min sankt kraftig i denne perioden.*

Respondent tre sier også i likhet med de andre at han ble lei seg, trist, ensom og usikker og følte seg i veien for andre hele tiden. Men han trekker samtidig fram sin tankegang om hvor hardt han jobbet med og ikke å la mobberne få lov til å endre han som person. Mobberne klarte kanskje å påvirke hans tanker, men han prøvde så godt han kunne og være seg selv, til tross for de nedlatende kommentarene han mottok. Respondent 1 ga derimot en annen beskrivelse av sin personlige endring, hvor mobbingen var med på å endre hennes selvfølelse.

**Respondent 3:** *Jeg følte meg som en dårlig person. Jeg følte meg som en dritt som bare stod i veien hele tiden. Jeg har ikke forandret meg som person, men ble en person som prøvde å overse mobberne og fokusere på meg selv, og ikke dem.*

**Respondent 1:** *Mobbingen endret meg som person på den måten at det forandret min personlighet. Livet ble brått preget av en rekke problemer og tanken om og ikke leve lenger ble en stor del av meg. Jeg kunne ikke se noe positivt i meg selv og tankene om meg var helt forandret enn tidligere. Jeg ble veldig sint på meg selv, men også redd og lei meg. Følelsene var fylt med selvhat og store negative tanker om meg selv.*

### 5.3.2 Usikkerhet

Samtlige av respondentene trekker fram usikkerhet i ulike situasjoner. De forteller om usikkerheten i forhold til seg selv og i forhold til andre personer. Som nevnt tidligere opererer flere mobbere som anonyme personer, noe som fører til at offeret ikke alltid vet hvem som står bak mobbingen. Dette fører med seg en stor usikkerhet i forhold til hvem som er til å stole på og ikke.

**Respondent 4:** *Jeg ble så usikker på hvem som drev og mobbet meg, for jeg visste ikke hvem alle var. Jeg tenkte at alle jeg traff på skolen kunne være mulige mobbere, og være de som sendte de stygge og anonyme meldingene til meg.*

**Respondent 3:** *Den digitale mobbingen gjorde at jeg er litt forsiktig med hvem jeg stoler på og ikke.*

**Respondent 2:** *Den digitale mobbingen har ført til at jeg først må bli sikker på de personene jeg blir kjent med, og jeg tar meg god tid til å finne ut om de er ekte venner. Jeg merket at jeg var skeptisk til å bli kjent med nye mennesker når jeg startet på videregående, med bakgrunn i det jeg har opplevd tidligere.*

Når man stadig mottar negative kommentarer som fokuserer på utseende og personlighet, blir usikkerheten å vise seg for andre høyere. Respondent 1 forteller litt om hvor opptatt hun ble av hva andre tenkte om henne. Hun ble etter hvert redd for at det mobberne skrev om henne faktisk stemte.

**Respondent 1:** *Tanker som at jeg ikke var verdt noe, at jeg var stygg, feit, rar, ekkel osv., tok en veldig stor plass i livet mitt. En så enkel ting som å gå ut av huset ble vanskelig fordi tankene om hva alle andre ville tenke om meg ble store.*

Respondentene forteller også om hvordan usikkerheten rundt seg selv ble påvirket av mobbingen.

**Respondent 1:** *Det ble slik at jeg nesten ble min egen mobber fordi jeg sa det samme til meg selv, som de sa.*

**Respondent 4:** *Jeg tok etter hvert til meg det mobberne sa til meg. Jeg ble litt forvirra egentlig, for når de sa at jeg luktet vondt så overdrev jeg å vaske meg. Men fortsatt sa de at jeg lukta vondt, og jeg fortsatte med å vaske meg hele tiden for jeg var livredd*

*for å lukte vondt. Samtidig som jeg tok til meg det mobberne sa, så ble jeg forvirra, for jeg synes jeg gjorde alt for å rette på det de kommenterte.*

**Respondent 3:** *Jeg ble veldig usikker på meg selv, noe som førte til at jeg fikk vanskeligheter med å ta mine egne valg. Jeg synes det for eksempel var veldig vanskelig å velge klær jeg skulle ha på meg, for jeg visste ikke om mobberne ville kommentere dem negativt eller ikke.*

### 5.3.3 Ensomhet

Samtlige av respondentene trekker fram hvor ensomt det er å være utsatt for digital mobbing. De forteller om perioder hvor de helst vil være alene og ute av syne for andre. Noen uttrykket et ønske om å være sammen med andre, men som fikk avslag fra klassekamerater, mens noen av respondentene ikke turte å inkludere seg i fare for å bli mer mobbet. Begrepet ensomhet gjentar seg flere ganger gjennom intervjuene hos alle respondentene. De trekker det fram i forhold til ensomheten ovenfor andre mennesker, hvor de fysisk blir utelatt både på digitale medier og på ulike arrangementer. Ensomheten blir også nevnt i forhold til seg selv, at de sitter med en følelse av å være helt alene, og ikke å ha noen venner nær seg.

**Respondent 4:** *Jeg hadde jo et stort ønske om å bli inkludert i klassen. Jeg ville jo være med jeg også liksom. Som med den klassefesten jeg ikke ble bedt i, så hadde jeg skikkelig lyst til å bli med, men de lot meg jo ikke få invitasjon engang. Det endte med at jeg satt hjemme alene og følte meg utrolig ensom. Og det var ikke den eneste gangen jeg følte meg alene. Ensomheten tok egentlig litt overhånd, hvis jeg kan si det sånn. Etter hvert ble det en del av meg. Jeg var liksom alltid alene, og det er en skikkelig vond følelse.*

**Respondent 3:** *Den digitale mobbingen førte til at jeg følte meg utrolig ensom hele tiden. Følelsen av ensomhet slapp ikke taket i meg. Jeg var også masse alene.*

**Respondent 1:** *Det var vanskelig å føle seg så alene og annerledes enn alle andre.*

### 5.3.4 Psykiske problemer

De forskningsbaserte undersøkelsene konkluderer med at digital mobbing kan føre til blant annet dårlig selvtillit, ensomhet, depresjon, sosial engstelse, nedsatt konsentrasjonsevne på skolen og økt risiko for å tenke på selvmord og lavere selvfølelse. Respondentene i min undersøkelse trekker fram flere av disse faktorene, men legger også til; flere søvnløse netter, magesmerter og annen sykdom. Erling Roland (2007) sier i et intervju til Sinnets helse at et mulig tegn på at barnet blir mobbet er at det ofte har vondt i magen eller hodet fordi de gruer seg for det som venter dem.

**Respondent 1:** *Livet ble brått preget av en rekke problemer og tanken om og ikke leve lenger ble en stor del av meg. Når mobbingen foregikk var jeg en jente som var preget av søvnproblemer, vondt mage og ikke minst preget av angst og depresjoner.*

**Respondent 4:** *Jeg hadde mye vondt i magen, ofte mareritt og jeg sov ofte veldig dårlig om nettene.*

**Respondent 2:** *I den tiden hvor mobbingen var på det verste så var jeg mye syk. Jeg lå mye i sengen og hadde magesmerter. Det hendte også at jeg kastet opp fordi jeg grudde meg til å møte mobberne på skolen.*

I denne kategorien om selvfølelse kommer det tydelig frem at mobbingen har preget respondentenes selvfølelse på flere områder i negativ grad. De forteller at det var vanskelig å ha tro på seg selv, når alle andre fortalte dem hvor dårlige de var til alt mulig. Den lave selvfølelsen var også knyttet til ensomhet og lite inkludering. Ungdommene forteller om en fritid som ofte ble tilbragt alene på sitt eget rom, og følelser om at man hele tiden var i veien for andre. Det er sterke følelser å sitte med som ungdom, og etter en tid med slike tanker ga det utslag i alvorlige psykiske konsekvenser.

## 5.5 Håndteringskompetanse

Når man havner i en slik situasjon hvor man blir offer for mobbing, er det ikke alltid like lett å vite hva man skal gjøre. Det er mange følelser og tanker som spiller inn og man er også redd for å forverre situasjonen. I teorien som er presentert i kapittel to, nevner jeg viktigheten av digital kompetanse, og erfaringen som følger med ved tidlig innlæring. Jeg har tidligere gjenfortalt respondentenes forhold til mobberne og hevnen de aldri gjennomførte. De fortalte ærlig at det fristet å ta igjen, men de var redd for at situasjonen skulle forverres. I stedet for “å synke like lavt som dem” som respondent 4 selv skriver, så tok de i bruk andre tiltak for å bekjempe mobbingen. De hevet seg over mobberne, og gjorde aktivt et forsøk på å iverksette egne tiltak.

De prøvde forskjellige metoder for å stoppe mobbingen. Ved en proaktiv og kommunikativ håndtering, i form av å fortelle om mobbingen til foreldre, lærere, slette kontoer på sosiale medier, lage en video og byttet skole, kom de frem til en positiv løsning.

**Respondent 1:** *Jeg prøvde å få hjelp fra de voksne og ikke minst lærerne. Jeg byttet også skole til slutt. I tillegg slettet jeg alle mine brukere på sosiale medier for å få fred fra den digitale mobbingen.*

**Respondent 2:** *Jeg prøvde alt jeg kunne for å stoppe dem. Jeg svarte dem ikke på noen av de meldingene de sendte meg, og jeg blokkerte dem. Jeg fortalte også om mobbingen til foreldrene mine som igjen tok det opp med læreren. Læreren snakket med de elevene det gjaldt og noe av mobbingen ble redusert. Men det ble ikke helt slutt før jeg skiftet skole når jeg begynte på videregående. Da var jeg så og si fri fra mobbingen.*

**Respondent 3:** *For å gjøre et forsøk på å stoppe mobbingen lagde jeg en video som jeg la ut på sosiale medier. Jeg filmet meg selv mens jeg fortalte om hvordan mobbing kan påvirke og hvordan det føles. Filmen fikk mye oppmerksomhet og dette tiltaket hjalp betraktelig.*

**Respondent 4:** *Jeg slettet bloggen min, og ryddet opp i vennelisten min på Facebook. Jeg slettet mange slik at jeg bare hadde de aller nærmeste som jeg visste jeg kunne stole på. Jeg slettet både Instagram konto og SnapChat konto. Mobbingen ga seg veldig når jeg gjorde dette, men det tok ikke helt slutt før utover det første året på videregående.*



Respondentene i mine intervjuer tok ansvar selv og prøvde å stoppe mobbingen. De tok kloke valg og de opplevde også at disse valgene hjalp i stor grad. Respondent 1 forteller litt om hvordan hun har det i dag.

***Respondent 1:** Mobbingen for meg er den dag i dag helt avtatt. Jeg har kommet meg igjennom utrolig mye, og ser tilbake på den tiden som noe som er over. Men selvfølgelig påvirker det meg den dag i dag. Jeg har oppturer og nedturer, som følge av mobbingen jeg har vært igjennom. Det har satt sine spor i livet mitt, og gjort at jeg i perioder har det vanskelig. Selvfølgelig er det vanskelig å måtte tenke tilbake på en vanskelig tid i livet, men også et steg mot å få det det bedre.*

Respondentene håndterte den digitale mobbingen på ulike måter, men felles for dem alle var at de aktivt tok grep om problemet, med formål mot å få en bedre hverdag. De søkte hjelp og råd hos andre, men det var dem selv som stod bak den aktive handlingen, og satte i gang prosessen. Til tross for at den utfordrende ungdomstiden aldri blir glemt, sitter de igjen med en erfaring om at de håndterte situasjonen på en grei måte, med et positivt resultat av tiltakene som ble igangsatt.

## **5.6 Kort oppsummering av resultatene**

Respondentene som deltok i undersøkelsen min ga meg gode og utfyllende svar. Mitt inntrykk var at de ga meg historiene sine med åpenhet og ærlighet. Det var ingen tvil om at mobbingen har preget oppveksten til samtlige av respondentene og at konsekvensene har vært mange. De klarer tydelig å se forskjellen på seg selv fra før mobbingen startet og hvordan mobbingen klarte å endre deres selvfølelse. Til tross for vonde og tunge tider, klarte de alle og ta steget videre for å få slutt på mobbingen. De satte i gang tiltak som reduserte mobbingen og til tross for en vond ungdomstid å se tilbake på, har de alle gitt uttrykk for at hverdagen i dag er mye bedre.

## **6 DRØFTING AV RESULTATER**

I kapittel fem presenterte jeg funnene fra undersøkelsen min og jeg skal i dette kapittelet trekke frem relevant informasjon som jeg drøfter opp i mot min problemstilling. Jeg har delt denne drøftingsdelen inn i to hovedkapitler hvor det ene kapittelet omhandler respondentens opplevelser av digital mobbing og det andre kapittelet handler om respondentens selvfølelse. Dette har jeg gjort med bakgrunn i at jeg ser problemstillingen min som to deler, hvor den første delen fokuserer på opplevelser og erfaringer, og den andre delen fokuserer på selvfølelsens påvirkning.

### **6.1 Respondentens opplevelser av digital mobbing**

Alle respondentene hadde hver sin historie og individuelle opplevelser av mobbingen de ble utsatt for. Det er forskjeller og likheter i både form, hverdag og tiltak, men en ting alle respondentene var enig i, er at digital mobbing er en meget vond form for mobbing som man har lite kontroll over. Intervjuene var preget av opplevelser som var vonde og som har ført med seg langvarige konsekvenser. Respondentene forteller om en hverdag som var preget av utfordringer på ulike nivåer, og en frykt som bare vokste og vokste etter hvert som tiden gikk og mobbingen utartet seg. Det handlet om en frykt for seg selv og en frykt for å møte andre personer. Opplevelsene som respondentene sitter igjen med i dag, er tanker og erfaringer fra en tid som er over, men en av respondentene forteller at den digitale mobbingen har satt sine spor i livet hennes. Livet er fortsatt preget av nedturer som et resultat av mobbingen, men som hun også forteller, så er det å se tilbake på tiden som et offer for digital mobbing, et skritt nærmere for å få det bedre i hverdagen.

#### **6.1.1 Mobbingens form**

Samtlige av respondentene forteller at de har blitt utsatt for flere former for mobbing, noe som har sammenheng med tidligere forskning. Respondentene forteller at mobbingen som foregikk over digitale og sosiale medier var én form for mobbing de opplevde, men dette fulgte også med dem inn i skolehverdagen, hvor det hendte at mobberne tok opp den digitale mobbingen med dem ansikt til ansikt, eller i form av utestenging og lite inkludering på skolen. I tilfellet med denne undersøkelsens respondenter, viser det seg at tradisjonell og digital mobbing har en viss sammenheng med hverandre, noe som også viser seg i respondent 1 sitt tiltak om bytte av skole. Det var ikke nok med å slette alle profiler på sosiale medier, men det ble også nødvendig å skifte skole for å bli kvitt all form for mobbing.

Respondent 1 og 4 forteller om utfrysning og baksnakking fra andre skoleelever i skoletiden. Roland (2014) skriver at utfrysning er den tredje hovedformen for mobbing og dreier seg om at mobberen fryser ut offeret ved å fjerne det fra fellesskapet. Utfrysning foregår også i den digitale verden, hvor digital isolasjon er en form å mobbe på. Respondent 4 forteller om opplevelsene hun hadde omkring utestenging fra venner på sosiale medier. Hun forteller om invitasjoner som ble sendt til alle jentene i klassen bortsett fra henne. Flere av de andre respondentene nevner også utestenging på sosiale medier som en form for mobbing, som de selv har opplevd. Dette handler blant annet om et fåtall av venneforespørsler, “likes”, og ekskludering fra grupper. Disse elementene har sammenheng med de kjennetegn som Staksrud (2013) tar opp. Hun skriver at ikke alle får svar på sine venneforespørsler og ikke blir invitert på sosiale arrangementer gjennom sosiale medier. I disse dager er sosiale medier en stor del av hverdagen til unge mennesker, og den sosiale følelsen som disse mediene gir, er en viktig forutsetning for å føle seg som en del av fellesskapet blant sine jevnaldrende.

I motsetning til den digitale isolasjonen som respondentene har erfart, har de også opplevd det motsatte, nemlig å få livet sitt spredt på Internett slik at det blir synlig for offentligheten. Samtlige av respondentene sitter med denne erfaringen, med lite inkludering på den ene siden og med en enorm “inkludering” på den andre siden. Begge formene er av negativ forstand og har utsatt respondentene for en stor sårbarhet. Alle respondentene forteller om stygge meldinger som har blitt sendt til dem, og som ofte retter seg mot utseende og personlige sider ved respondentene. Den vanligste metoden barn og ungdom blir mobbet på er ved å få tilsendt sårende eller ekle meldinger. Dette gjelder alle aldersgrupper, men spesielt 15-16 åringene. (Staksrud, 2013). Respondent 1 forteller om meldinger som ble synlig for veldig mange når de ble publisert på Internett, og at publiseringene ble liggende på Internett i lang tid, og av den grunn veldig vanskelig å glemme. Staksrud (2013) skriver at når helt ukjente mennesker kan begynne å kommentere innleggene på for eksempel Facebook, fordi andre har delt dette med sine venner, som igjen har delt dette videre, fører til at det som publiseres, fort blir synlig for mange fler enn bare de man har på sin egen venneliste. Spredning av informasjon og synlighet for offentligheten er karakteristiske kjennetegn ved digital mobbing. Følelsen man sitter med når man får tilsendt meldinger i negativ grad som fokuserer på utseende og personlighet, er i og for seg sårende i stor grad. Men når publikasjonen av personlig informasjon åpner opp for kommentering fra andre personer, som man kanskje ikke engang kjenner, forsterkes de vonde følelsene. Respondentene forteller om følelser som sint, redd, lei seg, usikker, følsom og en personlighet som endrer seg på bekostning av mobbingen de ble utsatt for.

Anonymitet er en faktor som er svært karakteristisk ved digital mobbing, og noe som respondentene trekker frem flere ganger i løpet av intervjuene sine. De forteller at de visste hvem noen av mobberne var, men veldig mange skjulte seg bak anonyme profiler. Når man ikke vet hvem som er mobberen, vokser følelsen av usikkerhet. Respondent 3 forteller at han ble veldig usikker på andre, og respondent 2 sier at hun brukte lang tid på å la andre mennesker komme inn på henne i frykt for å bli lurt, noe hun hadde opplevd mange ganger tidligere. Man kan oppleve usikkerhet på flere nivåer og respondentene trekker frem usikkerhet i forhold til seg og i forhold til andre personer. Spørsmål som hvem man kan stole på og hvordan man skal presentere seg utad blant andre jevnaldrende gjorde seg gjeldene i respondentenes tankegang. Anonymiteten er en av faktorene som skiller digital mobbing fra tradisjonell mobbing, og gjør arbeidet med å stoppe mobbingen mer krevende og utfordrende.

### **6.1.2 Hverdag med mobbing**

Som offer for digital mobbing blir hverdagen i seg selv utfordrende på flere måter. Staksrud (2013) skriver at det som kjennetegner digital mobbing i størst grad er at offeret sjelden får fri fra mobberne. Dagens ungdom er påkoblet Internett døgnet rundt, noe som gjør at det er mulig å sende bilder og meldinger til alle døgnet tider. Før den digitale utviklingen og før digital mobbing ble et problem, foregikk mobbingen for det meste ansikt-til-ansikt mellom mobber og offer, og offeret hadde mulighet til å koble av den tiden han/hun tilbrakte hjemme etter skoletid, i helger og ferier. Gjennom digital mobbing er ikke dette lenger mulig for offeret. Respondentene i min undersøkelse forteller at den digitale mobbingen foregikk både i skoletiden og på fritiden, noe som gjorde at de var utsatt for mobbing hele døgnet.

Respondent 4 forteller at uansett hva hun gjorde eller hvor hun var så følte hun seg overvåket og kommentert. Med dette poengterer hun at hverdagen med digital mobbing ikke bare var vond og sårbar, men også utrolig slitsom, for muligheten til å slappe av fant aldri sted.

Respondentene forteller om konsentrasjonsproblemer mens mobbingen var på det verste. Det var ikke lett å holde fokus på skolen når bekymringene stadig vekk tok overhånd. Respondent 2 forteller om veldig tunge og lange skoledager og at tiden med lekser ikke var lett, for tankene var på helt andre steder. Det mest utfordrende med skolehverdagen, var frykten for å måtte snakke høyt i klasse, for det ble nesten en selvfølge at det som ble sagt, ble kommentert av andre elever i senere tid. De ville helst gjennomføre en skoledag uten å måtte si noe høyt, og det var ikke alltid mulig. Med så mange bekymringer og tanker forteller respondent 1 at skoleprestasjonene ble dårligere, nettopp fordi tankene var helt andre steder enn i undervisningen. Respondentenes forhold til skoleprestasjoner viser seg å ha sammenheng med

forskning av mobbeofre og skoleresultater. Både gutter og jenter som er utsatt for mobbing skårer lavere i teoretiske fag. Det kan stilles spørsmål om det er mobbingen som er årsaken til at skoleprestasjonene ble svekket, eller om det er på grunn av lave skoleferdigheter at man blir mobbet. Ingen av de respondentene som i denne undersøkelsen, sier noe om at de er plukket ut som mobbeoffer med bakgrunn i lave skoleferdigheter. Tvert imot gir de heller uttrykk for at skoleferdighetene ble svekket på grunn av konsentrasjonsproblemer og bekymringer som et resultat av mobbingen. I motsetning til respondent 1,2 og 3, som forteller om skoleprestasjoner som ble svekket på grunn av den digitale mobbingen, forteller respondent 4 at karakterene ikke har vært i endring. Grunnen til dette, tror hun er fordi hun var så mye alene etter skolen, og da ble tiden brukt på lekser og annen tapt undervisning. Opplevelsene som respondentene har omkring skolehverdagen er utfordrende. Med et hode som er fylt opp av bekymringer blir det ikke mye plass til konsentrasjon om undervisningen. For tre av respondentene førte dette til lavere skoleresultater, noe som kan gi betydelige konsekvenser for tiden fremover i utdanningsløpet. Allerede på ungdomskolen blir karakterene en viktig forutsetning for å nå målene man har om høyere utdanning. Nedsatt skoleresultater er derfor en konsekvens som kan få store følger i tiden fremover med tanke på videre utdanning.

### **6.1.3 En digital hverdag krever digital kompetanse**

Når hverdagen er preget av mobbing, og man står midt oppi vonde situasjoner som ingen ende tar, er det ikke alltid like enkelt å tenke at det finnes en løsning på problemet. Respondentene i denne undersøkelsen klarte etter en tid med digital mobbing, å tenke ut løsninger som hjalp dem ut av mobbingen. De satte selv i gang tiltak for å få en stopper på den utfordrende hverdagen, og tiltakene de brukte var forskjellige fra respondent til respondent. Noen av tiltakene som ble brukt var; bytte av skole, slette profiler på sosiale medier, slette blogg, fortelle det til foreldre og lærere, lage og publisere video.

Respondentene ga uttrykk for at deres ferdigheter på Internett var gjennomsnittlig gode, noe som ga en indikasjon på at bakgrunnen for at de ble utsatt for digital mobbing, ikke hadde sammenheng med lav håndteringskompetanse i forhold til bruk av Internett. Selv om tiden fra mobbingen startet til tiltakene fungerte, fort utviklet seg til å bli flere år, hadde ikke dette noe å gjøre med en passiv håndtering av problemet over lengre tid. Respondentene forteller at i tiden da mobbingen startet var tankene preget av mye forvirring. Det var vanskelig å tenke klart, og noen av ungdommene forteller at det tok litt tid før de faktisk innså at det de ble utsatt for, var mobbing. Det kan derfor ligge til grunn at starten på mobbeperioden var preget

av en passiv holdning og håndtering fra respondentene, og at de hadde tanker om at problemet ville forsvinne etter hvert, men kanskje mest fordi de ikke helt forstod omfanget av problemet på dette tidspunktet.

Når inntrykkene begynte å synke inn, og hverdagen med mobbing ble et faktum, viste ungdommene at de har forstått omfanget, og tok grep. De innså at problemet ikke ville forsvinne av seg selv, og tok aktiv del i prosessen for å stoppe mobbingen. Ulike tiltak ble satt i gang, og det var ungdommene selv, som stod for progresjonen. Ved en proaktiv håndtering av problemet, viste de at ved aktiv handling, er det mulig å få til en forbedring. Det tiltaket som skilte seg mest ut fra de andre, og som gir oss et inntrykk av hvor alvorlig digital mobbing kan være, kommer til uttrykk i respondent 1 sitt tiltak om å bytte av skole. Når mobbingen overtar hverdagen i såpass stor grad, slik at skoledagen blir utholdelig, og den eneste løsningen man ser er å bytte skole, er digital mobbing et alvorlig faktum. I tillegg til den digitale mobbingen opplevde respondenten flere måter å bli mobbet på, som til sammen utløste tiltaket om å bytte skole. Men hun gir klart uttrykk for at det var den digitale mobbingen som var verst, og mest alvorlig. Tiltaket som ble gjennomført viser at det ikke bare er digital kompetanse som må ligge til grunn for å mestre digital mobbing. Det ble også brukt flere handlingsmetoder i kampen med å stoppe den digitale mobbingen.

Ved at respondentene viser høy grad av digital kompetanse kommer til uttrykk ved måten de håndterer mobbesituasjonen på. Blant annet forteller de at ingen av dem tok igjen med mobberne, og mobbet tilbake. Ved å ha en slik holdning viser de at de forstår konsekvensene, og alvoret i situasjonen. I stedet for å utvikle mer mobbing, tar de heller tak i problemet på en mer hensiktsmessig måte. De informerer blant annet foreldre, og ber om råd og veiledning. Ved å snakke med noen om problemet viser respondentene en kommunikativ håndtering av mobbingen. De forteller også at de slettet kontoer på sosiale medier for en periode, for og få en pause fra mobbingen. Dette fungerte for en midlertidig periode, men de har den dag i dag opprettet nye profiler på sosiale medier, uten å oppleve noen form for digital mobbing. Man kan se at respondentene var innom alle de tre metodene for handlingskompetanse, men at de til slutt klarte å avslutte mobbingen med en proaktiv handling.

## **6.2 Selvfølelsens endring**

Problemstillingen min omhandler også et spørsmål om i hvilken grad den digitale mobbingen har påvirket ungdommenes selvfølelse. Jeg har tidligere forklart relevansen av begrepet selvfølelse i denne oppgaven. Siden disse ungdommene ble mobbet i ganske lav alder, noen av dem også på barneskolen, kan man tenke seg at det er vanskelig å reflektere over, og huske hvordan man var som person før hendelsene med mobbingen startet. Men disse ungdommene hadde klare svar på dette, og de forteller om glade, positive, utadvendte og sosiale barn. Dette var ord de ikke kunne bruke om seg selv mens mobbingen foregikk, og de forteller om en endring i væremåte med bakgrunn i mobbingen.

### **6.2.1 Respondentenes indre følelser**

Selvfølelsen handler om den følelsen man har av seg selv på innsiden, og hva man gjør og sier utad (jf. kap. 2.4). Ikke alle ungdommene bruker selve begrepet selvfølelse når de forteller i intervjuene sine, men de bruker andre begreper som kan knyttes opp i mot selvfølelse. Graden av emosjonell selvoppfatning kommer til uttrykk i hvordan respondentene forklarer sine indre følelser. Respondent 4 forteller at hun følte seg baksnakket og overvåket til en hver tid.

Videre forteller hun om en usikkerhet til seg selv og til andre rundt henne, og at hun hadde vanskeligheter med å stole på andre. Dette kan ha en viss sammenheng. Når hun opplevde baksnakking og overvåking fra andre, vil dette kunne være en forutsetning for at hun følte seg usikker, som igjen kan ha ført til en endring av hvordan hun presenterte seg utad.

Usikkerheten kom fram igjennom en væremåte hvor hun blant annet trakk seg unna sosiale sammenhenger. Hun tilbragte mye tid hjemme alene på rommet sitt, hvor følelsen av ensomhet og tristhet ble bare større og større. Her kommer følelsene usikker, trist og ensom til uttrykk, og som gir oss en indikasjon på at den emosjonelle selvfølelsen har vært påvirket på grunn av blant annet baksnakking og overvåking.

Respondent 2 og 4 forteller om en følelse av hevn, og at de hadde et ønske om å ta igjen med mobberne. Respondent 4 forteller videre at hun visste nøyaktig hva hun ville ha skrevet til mobberne hvis hun skulle tatt igjen med dem, men fornuften tok overhånd og samtlige av respondentene lot være. De sier selv at de ikke ønsket å være like slemme som mobberne, og at de var redd for at situasjonen skulle forverre seg. Mens den digitale mobbingen foregikk, vokste det opp indre følelser som hat, sinne og hevn. Ønsket om at mobberne kunne få kjenne sin egen smerte var stor, men ungdommene tok aldri steget og gjennomførte noen form for hevn. Respondentene ga uttrykk for en fornuft og voksenhet som var større enn ønsket om

hevn. Fornuften fortalte dem at om man tar igjen på samme måte, så er man ikke noe bedre selv og de gjennomførte alternative tiltak.

### **6.2.2 Respondentenes tanker om seg selv og grad av egenverdi**

Hvilke tanker man har om seg selv, kjennetegner en persons selvoppfatning. For å kunne danne ulike tanker og antakelser om seg selv, er man avhengig av de såkalte signifikante andre, som i dette tilfellet kan være mobberne (Kvello, 2010). Som jeg har skrevet flere ganger tidligere i oppgaven, forteller samtlige av respondentene at de ble usikre på seg selv og på andre, og at dette ga dem store utfordringer i hverdagen. Respondent 1 forteller at hun ble så usikker på hva alle andre tenkte om henne, at det var et stort skritt for henne å gå ut av døren hjemme. Dette kan vise at respondent 1 hadde lav grad av sosial selvoppfatning, og at hun hadde liten tro på seg selv i sosialt samspill med andre. Hun var redd for hvilken oppfatning andre skulle ha av henne, noe som kan være årsaken til at hun heller tok valget om å trekke seg unna sosiale sammenhenger. Respondent 1 og 4 forteller at de etter en stund med digital mobbing, ble sin egen mobber. De tok til seg det mobberne sa til dem, og trodde på det. Respondent 1 sier at hun ble sin egen mobber. Etter å ha blitt kalt stygg, feit, rar og ekkel i en lengre periode, forteller hun at dette ble tanker hun trodde på, og hun fikk etter hvert en oppfatning av seg selv, at det mobberne sa, stemte. Mobberne ble hennes signifikante andre, der hun speilet og tolket seg selv i deres oppfatning av henne, og dermed fikk samme negative oppfatning av seg selv. Dette kan også ha en sammenheng med det Kvello (2010) beskriver som fysisk selvoppfatning, som handler om sitt eget forhold til blant annet utseende. Etter hvert som respondent 1 tok innover seg det mobberne sa om henne og utseende hennes, sank graden av hennes fysiske selvoppfatning.

Lav grad av egenverdi kommer til uttrykk i det respondentene forteller om at de til en hver tid følte seg i veien for andre, og at de ikke fant sin sosiale plass i fellesskapet. Til tider følte de seg usynlig og lite inkludert, ved at de blant annet ble holdt utenfor sosiale sammenhenger. Mens andre perioder var preget av synliggjøring til de grader, hvor de fikk mye oppmerksomhet og ble latterliggjort gjennom digitale medier. Med en slik uforutsigbar hverdag preget av fortvilelse og forvirring, er det ikke rart at selvfølelsen ble undergravd og troen de hadde på seg selv ble borte.



### **6.3 Kort oppsummering**

I dette kapitlet har jeg drøftet svarene fra intervjuene mine opp i mot problemstillingen for denne oppgaven. Fokuset har ligget på respondentenes hverdag med mobbing, hvor jeg har trukket frem opplevelser og erfaringer, og selvfølelsens grad av endring. Det kommer frem av drøftingen at respondentene har opplevd tunge og utfordrende hverdager, og at den digitale mobbingen har satt sine spor også i ettertid. Tunge følelser og utfordringer på flere nivåer, var med på å endre respondentenes væremåte og selvtanker. Etter flere år med digital mobbing, blir listen av konsekvenser også lang, og selv om de kan opplyse meg om at den digitale mobbingen er over den dag i dag, poengterer de at ingen ting er glemt fra den vonde tiden.

## 7 KONKLUSJON OG AVSLUTNING

Gjennom å svare på mine tre forskerspørsmål som har vært presentert tidligere i oppgaven, vil funnene av undersøkelsen bli redegjort for. Ved hjelp av analysen som har blitt brukt, har jeg mulighet til å besvare forskerspørsmålene på en relativt klar og tydelig måte. Det vil også bli drøftet hva funnene kan bety i en større sammenheng, og hvordan resultatene fra undersøkelsen kan følges opp videre.

Problemstillingen som ble utarbeidet i starten av forskningsprosessen var: Hvordan opplever ungdom å bli utsatt for digital mobbing, og hvordan påvirker digital mobbing ungdommers selvfølelse? Etter hvert som det teoretiske grunnlaget ble presentert kunne jeg spisse problemstillingen ned til tre konkrete forskerspørsmål:

- *Hva innebærer digital mobbing?*
- *Hvordan påvirker den digitale mobbingen ungdommers tanker om seg selv?*
- *Hvordan mestrer ungdom å bli digitalt mobbet?*

Først var det viktig for meg å få avklart hva digital mobbing går ut på, og hvordan begrepet defineres. Gjennom en litteraturstudie innhentet jeg mye informasjon og forskjellige forskere ga meg en innføring i hva som ligger i begrepet. Videre gikk litteraturstudiet ut på å lese forskning om mulige konsekvenser som digital mobbing fører til, med hovedfokus på selvfølelsen. Tidligere forskning viser at digital mobbing og lav selvfølelse har en viss sammenheng, og at mobbingen ofte er knyttet til andre konsekvenser som også kan knyttes opp imot selvfølelsen. Jeg skal nå systematisk presentere hva min undersøkelse har kommet fram til av informasjon på hvert enkelt forskerspørsmål.

### ***Hva innebærer digital mobbing?***

Gjennom intervju spørsmålene som fokuserte på dette forskerspørsmålet fikk jeg mye informasjon om hvordan det oppleves å være utsatt for digital mobbing. Hva digital mobbing innebærer, er i og for seg et veldig åpent spørsmål, men i denne undersøkelsen har jeg hovedsakelig fokusert på de individuelle mobbeopplevelsene og hvordan mobbingen har utartet seg. Min undersøkelse kan konkludere med at digital mobbing innebærer følgende:

- En følelse av ensomhet hvor man tilbringer mye tid alene og blir lite inkludert i sosiale fellesskap. Man får inntrykk av at man hele tiden er i veien for andre, og av den grunn velger man å trekke seg bort fra sosiale sammenhenger.

- Det er flere former å bli mobbet på og respondentene i denne undersøkelsen trekker frem egne erfaringer i forhold til digital isolasjon, hvor man blir utestengt fra det digitale fellesskapet. Det handler om lite inkludering på sosiale medier, som kommer til uttrykk ved få “likes” og få positive kommentarer på innlegg. Digital isolasjon dreier seg også om fåtall av venneforespørsler, invitasjoner og utestenging fra ulike grupper. I tillegg til digital isolasjon, mottok respondentene negative meldinger som fokuserte på utseende og personlighet. Det dreide seg om meldinger som ble tilsendt gjennom SMS, ulike chatt tjenester og personlige meldinger på Facebook, som ikke nødvendigvis var synlig for mange. De opplevde også mobbing som var synlig for offentligheten, ved at mobberne kommenterte bilder, blogginnlegg og statuser som representantene selv hadde publisert. Synlig mobbing på sosiale medier kan også føre til at informasjonen blir spredd videre til langt flere enn de man selv har på sin venneliste. Ut i fra undersøkelsen kommer det frem at digital mobbing foregår på flere forskjellige måter og det er forskjell i mobbingen ut ifra hvilke sosiale medier som blir brukt.
- Til alle døgnetstider har man mulighet til å være påkoblet Internett, og derfor åpner man også opp for mobbing døgnet rundt. I en digital verden som vi lever i dag får man liten grad av frihet fra mobbingen.
- Mange mobbere opererer anonymt, ved at de skjuler seg bak profiler som de selv ikke eier, eller at de har opprettet profiler med navn som ikke er gjenkjennbare. Dette fører til at man ikke kan være sikker på hvem som mobber til enhver tid, og som resulterer i usikkerhet hos dem som mobbes. Man blir usikker på hvem man kan stole på og hvem man kan forholde seg til.
- Det er flere konsekvenser av digital mobbing og gjennom denne undersøkelsen kommer det tydelig frem at flere av dem er av alvorlig grad. Flere av konsekvensene er knyttet til psyken og følelsesmessige utfordringer. Eksempler på dette er depresjon, angst, magesmerter, søvnproblemer, selvmordstanker, konsentrasjonsproblemer, sosiale engstelse og ensomhet.
- På grunn av muligheten til å dele informasjon på sosiale medier, og muligheten til å operere anonymt, blir arbeidet med å stoppe digital mobbing en omfattende prosess.

### ***Hvordan påvirker den digitale mobbingen ungdommers tanker om seg selv?***

Forskning viser at digital mobbing påvirker de tankene og den troen offeret har på seg selv. Med dette forskningsspørsmålet i fokus, ville jeg finne ut om funnene fra min undersøkelse samstemte med tidligere forskning. Forskerspørsmålet retter seg mot selvfølelsen til respondentene og i hvilken grad selvfølelsen har vært i endring på grunn av den digitale mobbingen. Min forskning har mye til felles med hva tidligere forskning viser om den digitale mobbingens konsekvenser på dette området. Jeg kan derfor ut ifra min undersøkelse konkludere med at digital mobbing påvirker selvfølelsen, og de tankene man har om seg selv i stor grad. Dette kan forankres i følgende kriterier:

- Det ble stilt spørsmål om hvordan respondentene så på seg selv som person før mobbingen startet og mens mobbingen foregikk. Her viste det seg å være svært forskjellige svar for samtlige av respondentene, som gir meg som forsker en forståelse av at det synet som respondentene hadde om seg selv, har vært i endring på grunn av digital mobbing.
- Respondentene forteller at de ble usikre på hvordan de skulle fremstille seg selv utad, og sosial engstelse ble et faktum. De ble usikre på hvordan andre skulle reagere på deres væremåte, og de fryktet negative kommentarer på seg selv i ettertid.
- Mobbingen tok såpass stor plass i hverdagen, at representantene begynte å speile seg i det mobberne sa til dem. De tok til seg negativiteten og ble etter hvert sin egen mobber.
- De gikk med en følelse av å være i veien for andre, og at deres meninger og følelser i liten grad var verdt noe. Respondentene følte at det beste for andre, var om de selv holdt seg borte fra det sosiale fellesskapet, noe som også ble realiteten.
- Gjennom informasjonen som respondentene gir om deres selvoppfatning kan man anta at deler av selvfølelsen har vært påvirket av den digitale mobbingen. Det kommer til uttrykk at den negative mobbingen har påvirket både den sosiale, emosjonelle og fysiske selvoppfatningen i negativ grad.

### *Hvordan mestrer ungdom å bli digitalt mobbet?*

Dette forskerspørsmålet fokuserte på respondentenes måte å håndtere mobbesituasjonen på. Til å forstå og drøfte dette spørsmålet har jeg brukt Elisabeth Staksrud sin versjon av håndteringskompetanse, for å drøfte ulike strategier som kan tas i bruk for å mestre den digitale utfordringen. Ut i fra teorien som har blitt innhentet kommer det fram at det er en forutsetning med høy grad av digital kompetanse for å mestre utfordrende situasjoner på Internett. Jeg har tolket det dit at respondentene i denne undersøkelsen sitter med gjennomsnittlig høy grad av digital kompetanse, som kommer til uttrykk i de tiltakene som respondentene satte i gang. Det er flere sitater fra analysedelen som gir en forutsetning for å si noe om hvordan ungdom mestrer den digitale mobbingen:

- Det viser seg at gjennom en periode med mobbing er det stor sannsynlighet for at man er innom alle tre metodene som håndteringskompetanse bygger på. Dette gjaldt respondentene for denne undersøkelsen. I starten oppfattet de ikke omfanget av problemet og håndterte situasjonen på en passiv måte, ved å la hverdagen gå sin gang og håpe at mobbingen etter hvert skal forsvinne. Deretter søkte de råd og veiledning fra andre, som i dette tilfelle var foreldre og lærer. Ved å gjennomføre samtaler med andre om det digitale problemet gjennomførte de derfor en kommunikativ håndtering av mobbesituasjonen. Videre i prosessen med å håndtere og mestre den utfordrende situasjonen, satte de i gang med en proaktiv håndtering, og satte i gang konkrete tiltak, som viste seg å ha en positiv virkning.
- Hvordan ungdommene mestrer situasjoner med mobbing handler ikke bare om hvordan de håndterte slutfasen i prosessen, og hvilke tiltak som hjalp dem ut av mobbingen. Hvordan de mestrer digital mobbing, kommer også til uttrykk i perioden hvor mobbingen var på det verste, og hvordan de mestret hverdagen sin. Dette ble i hovedsak presentert i de to første forskerspørsmålene, og kommer til uttrykk i personlige følelser og hverdagslige håndteringer.
- Der en stor forutsetning å ha andre personer som man er trygge på, rundt seg for å mestre en slik situasjon. Respondentene i denne undersøkelsen hadde sine familier å dele sin sårbarhet med og de ga dem også en hjelpende hånd for å komme seg bort fra mobbingen.

Etter en gjennomført undersøkelse stilles ofte spørsmålet om hvordan resultatene fra undersøkelsen kan følges opp videre. Resultatene fra denne undersøkelsen, viser at det er viktig å fortsette med det arbeidet som skolen og regjeringen allerede gjør, nemlig å ha mobbing i fokus. Det er viktig at barn og unge får relevant informasjon om mobbing, og lærer at de ikke må mobbe hverandre. Ingrid Grimsmo Jørgensen (2015) skriver i en artikkel til gd.no at barn og unge må lære seg hvordan man omgås andre mennesker på en akseptabel måte, på lik linje som man lærer seg matte og norsk. Videre trekker hun frem de fem kunnskapsferdighetene som kunnskapsløftet bygger på, hvor ferdigheter ved bruk av digitale verktøy er blant en av dem, og derfor skal ha en stor plass i skolehverdagen. Ved å bruke digitale verktøy på en hensiktsmessig måte, trenger også barn sosial kompetanse. I en annen artikkel av Jørgensen (2013) påpeker hun at barn og unge bruker de samme sosiale ferdighetene på Internett som i skolegården, og at disse ferdighetene læres i samspill med familie, venner og aktiviteter på ulike arenaer. Det ligger derfor et stort ansvar på oss voksne i arbeidet med å lære barn og unge sosial kompetanse i den grad at de lærer seg positivt samspill med andre mennesker, som senere kan være til hjelp for å forebygge mot digital mobbing.

Gjennom fire ungdommers historier av hvordan det oppleves å bli utsatt for digital mobbing, kommer det frem viktige elementer som er viktig å ta med seg videre. Jeg har fått mulighet til å få et innblikk i ungdommenes egne individuelle og unike opplevelse av digital mobbing, og undersøkelsen trekker frem det spesifikke og unike ved ungdommene og den konteksten de befant seg i. Denne undersøkelsen bygger på åpenhet rundt digital mobbing, noe som er med på å presisere den “riktige” forståelsen av fenomenet. Ungdommene i denne undersøkelsen definerer hva som er den korrekte forståelsen av opplevelsene omkring digital mobbing, og hva mobbingen gjør med selvfølelsen. Gjennom deres fortellinger tydeliggjøres det hvor brutal og ødeleggende denne trakasseringen kan være, og hvor store konsekvenser dette kan ha for livet videre. Undersøkelsen setter også lys på hvordan ungdommer håndterer utfordrende situasjoner på Internett, og hvilke kompetanseområder som bør ligge til grunn. Ungdommene i denne undersøkelsen, fikk en positiv avslutning på en utfordrende ungdomstid, og dette fordi de selv tok initiativ og tok grep om situasjonen. Selv om tiden med mobbing er over den dag i dag, poengterer de allikevel at hverdagen fortsatt er preget av sterke følelsesmessige tanker som går tilbake til ungdomstiden. Med dette ser vi at konsekvensene er langvarige og kan gi ofrene utfordringer i lang tid etter at mobbingen har tatt slutt.

# LITTERATURLISTE

- Andersen, I., Wibe-Lund, T., Bugge, S., & Ertesvåg, F. (2011, 14.februar). *Professor sammenligner nettmobbing med terror*. Hentet fra:  
<http://www.vg.no/nyheter/innenriks/mobbing/professor-sammenligner-nettmobbing-med-terror/a/10038126/>
- Dalen, M. (2004). *Intervju som forskningsmetode – En kvalitativ tilnærming*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Drugli, M.B & Eng, H. (2014). *Olweusprogrammet – mot mobbing og antisosial atferd i skolen*. Hentet fra:  
[https://www.ungsinn.no/post\\_tiltak/olweusprogrammet-mot-mobbing-og-antisosial-atferd/](https://www.ungsinn.no/post_tiltak/olweusprogrammet-mot-mobbing-og-antisosial-atferd/)
- Ergo, T., & Risa, E. (2012, 03. september). “Stian” (14) skulle mobbes til døde”. Aftenbladet. Hentet fra:  
<http://www.aftenposten.no/fakta/innsikt/Stian-14-skulle-mobbes-til-dode-6980867.html>
- EU Kids Online Undersøkelsen. (2010). *Hovedfunn*. Hentet fra:  
<http://www.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20II%20%282009-11%29/EUKidsExecSummary/NorwayExecSum.pdf>
- Foreldreutvalget for grunnopplæringen (2009). *Stopp mobbing*.
- Hellevik, P., & Øverlien, C. (2013). *Digital mobbing blant barn og unge i Norge*. Oslo: Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2010). *Cyberbullying Research Summary*. Cyberbullying and Self-Esteem. Cyberbullying Research Center.
- Holter, A.S. (2014). *Arbeid mot mobbing*. Kunnskapsdepartementet. Hentet fra:  
<http://www.regjeringen.no/nb/dep/kd/tema/grunnopplaring/laringsmiljo-2/manifest-mot-mobbing.html?id=603893>.
- Jacobsen, D. I. (2005). *Hvordan gjennomføre undersøkelser? Innføring i samfunnsvitenskapelig metode*. 2. utgave. Kristiansand: Høyskoleforlaget.
- Jørgensen, I. G. (2013, 23.oktober). *Mobbing handler ikke om teknologi*. Hentet fra:  
<http://www.aftenposten.no/meninger/kronikker/Mobbing-handler-ikke-om-teknologi--7348494.html>
- Jørgensen, I.G. (2015, 04.februar). *Kunnskapsløftet mot mobbing*. Hentet fra:  
[http://www.gd.no/Kunnskapsl\\_ft\\_mot\\_mobbing-5-18-14331.html](http://www.gd.no/Kunnskapsl_ft_mot_mobbing-5-18-14331.html)
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervjuet*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.

- Lindaas, A.K (u.å). *Digital kompetanse og deltakelse*. Hentet fra:  
<https://www.regjeringen.no/nb/tema/statlig-forvaltning/ikt-politikk/digital-kompetanse-og-deltakelse/id2340254/>
- Liverød, J. R, og Iyer, S.S. (2010). *Hvordan utvikles dårlig selvtillit*. Hentet fra:  
<http://www.webpsykologen.no/artikler/hvordan-utvikles-darlig-selvtillit/>
- Mareès, N., & Petermann, F.(2012). *Cyberbullying: An increasing challenge for schools*. School Psychology International.
- Medietilsynet (2012). *Barn og medier. Barn og unges bruk og opplevelser av medier*. Fredrikstad: Medietilsynet.
- Medietilsynet (2014). *Barn og medier. Barn og unges (9-16 år) bruk og opplevelser av medier*. Fredrikstad: Medietilsynet.
- NESH Forskningsetiske komiteer (2006). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi*. Hentet fra:  
<http://www.etikkom.no/Documents/Publikasjoner-som-PDF/Forskningsetiske%20retningslinjer%20for%20samfunnsvitenskap,%20humaniora,%20juss%20og%20teologi%20%282006%29.pdf>
- Norsk helseinformatikk [NHI]. (2013). *Depresjon, en oversikt*. Hentet fra:  
<http://nhi.no/sykdommer/psykisk-helse/depresjon/depresjon-en-oversikt-3077.html>
- NSD Norsk personvern for forskning (u.å). *Hva er personopplysninger?* Hentet fra:  
[http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/vanlige\\_sporsmal.html](http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/vanlige_sporsmal.html)
- Olweus, D. (2000): *Mobbing i skolen. Hva vi vet og hva vi kan gjøre*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- O'Moore, M. & Minton, S.J. (2009). *Cyber-bullying. The Irish experience*, I C.Q.S. Tawssw (red.) *Handbook of aggressive behaviour research*. New York: Nova Science Publishers.
- O`More, M. (2010). *Understanding school bullying. A guide for parents and teachers*. Dublin: Veritas.
- Opplæringsloven. *Lov av 17. Juli 1998. Nr 61 om grunnskole og videregående opplæring m.v.*  
Hentet fra:  
[http://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61?q=oppl%C3%A6ringsloven#KAPITTEL\\_11](http://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61?q=oppl%C3%A6ringsloven#KAPITTEL_11)
- Oudmayer, K. (2010). *Fordi jeg fortjener det?* Oslo: Humanistisk forlag AS
- Pettersen, R., & Nordby, B.M. (2013, 09.oktober). *Nettmobbing brer om seg blant barn*. VG.  
Hentet fra:  
<http://www.vg.no/forbruker/teknologi/mobbing/nettmobbing-brer-om-seg-blant-a-barn/a/10135919/>
- Roland, E. (2008). *Mobbing i grunnskolen 2004-2008*. Stavanger: Universitetet Senter for atferdsforskning.



- Roland, E. (2014). *Mobbingens psykologi*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Samnøen, Ø, (2014). *Mobbing på digitale arenaer*. Oslo: Cappelens Forlag AS.
- Sandsleth, G. (2007). *Mobbing. Forstå, bekjempe og forebygge*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- Schneider, S. K., O'Donnel, L., Stueve, A., & Coulter, R. W. S. (2012). *Cyberbullying, School Bullying, and Psychological Distress: A Regional Census of High School Students*. *American Journal of Health* 102 (1), 171-177.
- Sinnets helse (2007). *Mobbing av barn og unge*. Hentet fra:  
<http://www.sinnetshelse.no/artikler/mobbing.htm>
- Skre, I. B (2009). *Personlighet*. Hentet fra:  
<https://snl.no/personlighet>
- Smith, P.K., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). *Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49, 376-385.
- Smith, P.K., Morita, Y., Junger-Tas, J., Olweus, D., Catalano, R.F. og Slee, P. (red.) (1999). *The nature of school bullying: A cross-national perspective*. New York: Routledge.
- Staksrud, E, (2013). *Digital mobbing*. Oslo: Kommuneforlaget AS.
- Stego (14). (2012, 13.09). *Tastaturet er sterkere enn neven, nettavis*, Aftenposten, s. 23.  
Hentet fra:  
<http://www.aftenposten.no/meninger/sid/Tastaturet-er-sterkere-enn-neven-6990411.html>
- Sullivan, K. (2011). *The Anti-Bullying Handbook*. London: Sage.
- Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse*. Oslo: Fagbokrolaget
- Tokunaga, R.S. (2010). *Following you home from school*. A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization, *Computers in Human Behavior* 26: 277-287.
- Ung (2015). *Selvtillit og selvfølelse*. Hentet fra:  
[https://www.nordicchoicehotels.no/globalassets/global/hotel-pictures/quality-resort/quality-spa-resort-stromstad/pdf/spabroschyr\\_2013\\_low.pdf](https://www.nordicchoicehotels.no/globalassets/global/hotel-pictures/quality-resort/quality-spa-resort-stromstad/pdf/spabroschyr_2013_low.pdf)
- Utdanningsdirektoratet. (u.å.). *Hva er manifest mot mobbing?* Hentet fra:  
<http://www.udir.no/Laringsmiljo/Arbeid-mot-mobbing/Manifest-mot-mobbing/>
- Utdanningsdirektoratet. (u.å.). *Voksne skaper vennskap*. Hentet fra:  
<http://www.udir.no/Laringsmiljo/Arbeid-mot-mobbing/Manifest-mot-mobbing/Voksne-skaper-vennskap/#Voksne-skaper-vennskap-pa-nett>

Wang, J., Nansel, T. R., Iannotti, R., (2011). *Cyber and Traditional bullying: Differential Association With Depression*. Journal of Adolescent Health 48 (2011) 415-417.

Wendelborg, C. (2012). *Mobbing, diskriminering, og uro i klasserommet*. Analyse av Elevundersøkelsen 2012. Rapport 2012, NTNU Samfunnsforskning.

Wendelborg, C.(2013). *Mobbing, krenkelser og arbeidsro i skolen*. Analyse av Elevundersøkelse 2013. Rapport NTNU Samfunnsforskning. *Barn og medier 2014 – barn og unges (9-16 år) bruk og opplevelse av medier*. Medietilsynet, Rapport i samarbeid med Trygg bruk.

Ybarra, M. L., Mitchell, K. J., Wolak, J., & Finkelhor, D. (2006). *Examining characteristics and associated distress related to Internet harassment: Findings from Second Youth Internet Safety Survey*. Pediatrics, 118, e 1169-e1177.

Øiestad, G. (2009). *Selvfølelsen*. Oslo: Gyldendal.

Øiestad, G. (2011). *Selvfølelsen hos barn og unge*. Oslo: Gyldendal.

Bildet på forsiden er hentet fra:

[http://wiki.fetskolene.no/index.php/Innsikt/digital\\_mobbing\\_Thea](http://wiki.fetskolene.no/index.php/Innsikt/digital_mobbing_Thea)

# VEDLEGG

## Vedlegg nr.1 Godkjenning fra NSD

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS  
NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Harald Hårfagres gate 29  
N-5007 Bergen  
Norway  
Tel: +47-55 58 21 17  
Fax: +47-55 58 96 50  
nsd@nsd.uib.no  
www.nsd.uib.no  
Org.nr. 985 321 884

Ingrid Grimsmo Jørgensen  
Avdeling for pedagogikk og sosialfag Høgskolen i Lillehammer  
Postboks 952  
2604 LILLEHAMMER

Vår dato: 04.12.2014

Vår ref: 40774 / 3 / AGL

Deres dato:

Deres ref:

### TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 17.11.2014. Meldingen gjelder prosjektet:

40774	<i>Digital mobbing blant ungdom</i>
Behandlingsansvarlig	<i>Høgskolen i Lillehammer, ved institusjonens øverste leder</i>
Daglig ansvarlig	<i>Ingrid Grimsmo Jørgensen</i>
Student	<i>Iselin Jensen Messa</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet, og finner at behandlingen av personopplysninger vil være regulert av § 7-27 i personopplysningsforskriften. Personvernombudet tilrår at prosjektet gjennomføres.

Personvernombudets tilråding forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 15.05.2015, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Audun Løvlie

Kontaktperson: Audun Løvlie tlf: 55 58 23 07

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Iselin Jensen Messa [iselin\\_jensen\\_messa@hotmail.com](mailto:iselin_jensen_messa@hotmail.com)

*Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.*

*Avdelingskontorer / District Offices:*

OSLO: NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. [nsd@uio.no](mailto:nsd@uio.no)

TRONDHEIM: NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. [kyrre.svarva@svt.ntnu.no](mailto:kyrre.svarva@svt.ntnu.no)

TROMSØ: NSD, SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36. [nsdmaa@svt.uit.no](mailto:nsdmaa@svt.uit.no)



#### FORMÅL

I denne masteroppgaven håper jeg å kunne bidra til en videreutvikling av den kunnskapen vi allerede har om digital mobbing. For at vi skal kunne møte og håndtere denne formen for mobbing på en hensiktsmessig måte er det viktig med kunnskap om hvordan mobbingen foregår og hvilke konsekvenser dette fører til. Ikke minst er kunnskap om de ulike konsekvensene viktige dimensjoner å undersøke nærmere. Denne masteroppgavens problemstilling blir derfor: Hvordan opplever ungdom å bli utsatt for digital mobbing og hvordan har dette påvirket deres selvfølelse og selvtillit?

# Informasjonsskriv

---

## Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

### *"Digital mobbing blant ungdom"*

#### Bakgrunn og formål

Mitt navn er Iselin Jensen Messa og jeg studerer ved Høgskolen i Lillehammer. Jeg er i gang med å skrive en masteroppgave om digital mobbing og i den forbindelse er jeg på utkikk etter ungdommer som har erfaring med dette temaet. Formålet med oppgaven er å finne ut mer om hva digital mobbing innebærer og i hvilken grad mobbingen påvirker selvfølelsen.

#### Problemstillingen for oppgaven lyder som følgende:

*Hvordan opplever ungdommer å bli utsatt for digital mobbing, og i hvilken grad har mobbingen påvirket deres selvfølelse?*

For å få svar på dette spørsmålet er jeg avhengig av å snakke med ungdommer som har blitt utsatt for mobbing via digitale og sosiale medier, som for eksempel Facebook, Instagram, SnapChat, Blogg eller mobiltelefon.

For at vi skal ha samme forståelse av begrepet digital mobbing og selvfølelse, har jeg valgt å ta med definisjonene som jeg kommer til å jobbe ut i fra, og som kommer til å bli brukt i masteroppgaven min.

**Digital mobbing** → *hvilken som helst oppførsel utført gjennom digitale medier – av individer eller grupper – som gjentatte ganger kommuniserer fiendtlig eller aggressive meldinger med intensjon om å påføre ubehag eller skade på andre*” (Samnøen, 2014. 11)

**Selvfølelse** → *Det er to elementer som er sentrale når man snakker om selvfølelse, og det er hva man gjør og sier utad, og den følelsen man har av seg selv på innsiden.*

#### Hva innebærer deltakelse i studien?

Deltakelse i studien innebærer at du deler din erfaring om digital mobbing gjennom et intervju. Det er opp til deg hvordan intervjuet blir gjennomført. Du har to valg:

1. Enten kan du svare på spørsmålene via e-post.
2. Eller så kan du besvare spørsmålene gjennom et intervju. Intervjuet vil bli gjennomført på skolen og det vil ta omtrent 30 - 40 minutter. Spørsmålene sendes til deg på

forhånd. Under intervjuet vil jeg notere meg det vi snakker om, og senere vil jeg bruke disse opplysningene i min masteroppgave.

### **Hva skjer med informasjonen om deg?**

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt. Det er bare jeg som vil ha tilgang på eventuelle personopplysninger som for eksempel navnet ditt. I mitt videre arbeid vil ingen navn bli brukt, men jeg tar i bruk begrep som respondent 1, respondent 2 osv. Du vil derfor ikke bli gjenkjent i publikasjonen av oppgaven. Prosjektet skal etter planen avsluttes 15.mai 2014 og de personopplysningene jeg evt sitter igjen med vil bli slettet fra min datamaskin.

### **Frivillig deltakelse**

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli slettet.

Dersom du ønsker å delta eller har spørsmål til studien, ta kontakt med:

Iselin Jensen Messa

Tlf: 98018159

Mail: iselin\_jensen\_messa@hotmail.com

Veileder:

Ingrid Grimsmo Jørgensen

Tlf: 975 79 435

Mail: Ingrid.Grimsmo.Jorgensen@hil.no

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS.

### **Samtykke til deltakelse i studien**

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

---

(Signert av informant, dato)

# Intervjuguide

---

## **Innledende briefing:**

Intervjuet er delt opp i fem forskjellige temaer, med underspørsmål på hvert tema. Jeg ønsker at du svarer så utfyllende som mulig, slik at jeg får god innsikt i dine opplevelser og historier om digital mobbing.

Det er fortsatt frivillig om du vil delta på intervjuet, og du har mulighet til å trekke deg når som helst under prosessen. Intervjuet vil bli anonymisert og jeg skal sikre at personopplysninger ikke blir offisielt.

Har du noen spørsmål så ta kontakt med meg på mail: iselin\_jensen\_messa@hotmail.com eller tlf: 98018159.

## **Masteroppgavens problemstilling lyder som følgende:**

*Hvordan opplever ungdom å bli utsatt for digital mobbing, og hvordan påvirker digital mobbing ungdommers selvfølelse?*

For å besvare denne problemstillingen har jeg formulert følgende forskerspørsmål:

- *Hva innebærer digital mobbing?*
- *Hvordan påvirker den digitale mobbingen ungdommers tanker om seg selv?*
- *Hvordan mestrer ungdom å bli digitalt mobbet?*

## **Intervjuspørsmål:**

### **Tema 1 – Generelt om digital mobbing**

Hva tenker du på når du hører begrepet digital mobbing?

Sitter du med noen tanker om hvordan man kan redusere den digitale mobbingen blant ungdom?

### **Tema 2 – Informantens opplevelse av digital mobbing**

**Kan du fortelle litt om hvordan mobbingen foregikk?**

- Når var det mobbingen startet, og hvor lenge ble du utsatt for det?
- Husker du første gangen du ble mobbet?
- Gjennom hvilke digitale medier ble du mobbet?
- Kan du beskrive mobbingen slik du opplevde den?
- Visste du hvem mobberne var? Har det vært de samme som har mobbet deg hele tiden?
- Hvor foregikk mobbingen? På skolen, fritiden eller begge deler?

**Kan du fortelle om en mobbeepisode som du husker spesielt godt?**

### **Tema 3 – Informantens selvfølelse**

**Kan du beskrive deg selv som person før mobbingen startet?**

**Kan du beskrive deg selv som person mens mobbingen foregikk?**

**Hvilke følelser satt du med under mobbingen?**

- Ble du redd, sint, lei deg, ensom etc.?
- Ville du ta igjen med mobberne?



## **Tema 4 – Mobbingens konsekvenser**

### **På hvilken måte påvirket mobbingen hverdagen din?**

- Hvordan opplevde du skolehverdagene mens du ble mobbet?
- Påvirket mobbingen skoleprestasjonene dine?
- Hvordan fungerte du sosialt? Hadde mobbingen noen innvirkning på ditt sosiale liv?
- Hvordan var hverdagen din generelt mens mobbingen foregikk? Var den preget av sykdom, søvnløse netter etc.?

### **På hvilken måte påvirket mobbingen deg som person?**

- Hvilke tanker hadde du om deg selv?
- Føler du at mobbingen endret deg som person? Hvis ja, på hvilken måte?
- Ble du usikker på deg selv? Hvis ja; i hvilken grad?

### **Har opplevelsene dine fra digital mobbing gjort noe med måten du forholder deg til andre personer på?**

## **Tema 5 – Tiltak mot digital mobbing**

- Gjorde du noe selv for å prøve å få slutt på mobbingen?
- Fortalte du om mobbingen til noen?
- Hjalp evt de tiltakene du prøvde å sette i gang?
- Tok du noen gang kontakt med mobberne for å fortelle om hvordan du hadde det? Hvordan ble du evt møtt av mobberne?

### **Debrifing:**

- Er det noe du vil tilføye, som du føler ikke har kommet fram under disse spørsmålene?
- Hvordan synes du det var å bli intervjuet om et såpass personlig tema?
- Har du noen tanker om hvorfor du ønsket å delta på intervjuet?

### ***Veien videre med prosjektet:***

Neste steg i prosjektet er å transkribere intervjuet, hvor jeg strukturer teksten som du har gitt meg, slik at det egner seg bedre til en analyse. Deretter skal jeg ta i bruk et analyseverktøy slik at jeg kan knytte hvert enkelt spørsmål opp til problemstillingen min. Gjennom denne prosessen kommer jeg til å ta kontakt med deg igjen, hvor jeg sender deg ditt intervju og du har mulighet til å tilføye noe som kan ha dukket opp siden første gang du gjorde intervjuet. Har det ikke dukket opp noe, så lar vi intervjuet være som det er.

Tusen takk for din deltakelse i dette prosjektet.

